தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு

விலை: ரூ. 20
மார்ச், 2025

மலர்: 26
இதழ் : 11

ஊரக வளர்ச்சி மற்றும்
ஊராட்சித்துறை

# தென்றல்

மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களுக்கான மாத இதழ்

## வறுமையை விரட்டிய 'நம்பிக்கை' பெண்கள்!

– சோனியா காந்தி
சுய உதவிக்குழு

சமூக மருத்துவர்
– டாக்டர்.
முத்துலட்சுமி
அம்மையார்.

சும்மாவா
இருக்கிறார்கள்
பெண்கள் ?!
– சிறப்புக் கட்டுரை

ஏழையின் சிரிப்பில் இறைவனைக் காண்போம் என்பது போல் வெள்ளரிப்பிஞ்சு விற்கும் இந்த மூதாட்டியின் சிரிப்பில் தெரிவது உழைப்பின் மேன்மையும் தன்னம்பிக்கையின் உச்சமும்.

"செயல்– அனைத்து வெற்றிகளுக்கும் அடித்தளமாகும், அதற்கு வயது தடையில்லை!"

**உதயநிதி ஸ்டாலின்**
தமிழ்நாடு துணை முதலமைச்சர்

**தலைமைச் செயலகம்**
**சென்னை - 600 009.**

*தமிழ்நாடு மகளிர் சுய உதவிக்குழுக்களைச் சேர்ந்த நமது சகோதரிகளுக்கு*
*என் அன்பு வணக்கம்!*

*இந்த மார்ச் மாதம் மிகவும் சிறப்புக்குரியது. மகளிரின் முன்னேற்றத்திற்காகப் பார்த்துப் பார்த்து திட்டங்களைத் தீட்டிச் செயல்படுத்திக் கொண்டிருக்கும் நம்முடைய மாண்புமிகு முதலமைச்சர் அவர்களுடைய பிறந்த நாளை இந்த மாதத்தில்தான் கொண்டாடுகிறோம்.*

*அதே போல, நம் முதலமைச்சர் அவர்களால் பெரிதும் கொண்டாடப்படுகிற – மகளிரைப் போற்றுகின்ற 'உலக மகளிர் தினம்' இந்த மாதத்தில்தான் வருகிறது. சமூகத்தில் சரிபாதி அளவு இருக்கிற மகளிர் அனைவருக்கும் எனது மகளிர் தின வாழ்த்துகளைத் தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்.*

*திராவிட இயக்கத்தைப் பொறுத்தவரை ஒரு குறிப்பிட்ட தினத்தில்தான் மகளிரைக் கொண்டாட வேண்டும் என்பதில்லை. மகளிருடைய உழைப்பும், பங்களிப்பும் நாள்தோறும் கொண்டாடப்பட வேண்டும் என்பதே நம்முடைய எண்ணம்.*

*1929இல் செங்கல்பட்டில் நடைபெற்ற சுயமரியாதை மாநாட்டில் பெண்களுக்குச் சொத்துரிமை வழங்கவேண்டும் என்று தீர்மானம் நிறைவேற்றினார் தந்தை பெரியார். அந்தக் கனவை 1989ஆம் ஆண்டு முத்தமிழறிஞர் டாக்டர் கலைஞர் சட்டமாக்கி இந்தியத் துணைக் கண்டத்திற்கே பெண்ணுரிமை காப்பதில் முன்னோடியானார். அதே ஆண்டில் துவங்கப்பட்டதுதான் மகளிர் சுய உதவிக்குழுக்கள். அந்தக் குழுக்களில் உறுப்பினராக இணைந்து, தொழில்முனைவோராக மாறியிருக்கும் ஆயிரக்கணக்கான சகோதரிகளை நான், நாள்தோறும் பார்த்து வருகிறேன்.*

*வீட்டில் முடங்கி இருந்த மகளிரை வெளி உலகத்திற்கு அழைத்து வந்து, அவர்களையும், அவர்களின் வாழ்க்கையையும் மாற்றிக்காட்டியது நம்முடைய சுய உதவிக்குழுக்கள்.*

*அனுபவமிக்க ஒரு நிறுவனத்தால் என்னென்ன பொருட்களை உற்பத்தி செய்ய முடியுமோ, அவை எல்லாவற்றையும் நீங்கள் செய்துகொண்டு வருகிறீர்கள். இதற்குப் பின்னால் ஒரு மிகப்பெரிய உழைப்பும் அர்ப்பணிப்பும் இருக்கிறது என்பது எனக்குத் தெரியும். அதனால்தான், நம்முடைய திராவிட மாடல் அரசு தொடர்ந்து உங்களுக்கான திட்டங்களைத் தந்து உங்களுக்குத் துணையாக நிற்கிறது.*

*மதி எக்ஸ்பிரஸ், மதி அங்காடி, உணவுத் திருவிழா – இப்படி ஏராளமான முன்னெடுப்புகள் இன்றைக்கு நம் சகோதரிகளுக்கு பெரிய அளவில் கை கொடுத்து வருகின்றன.*

*மாண்புமிகு முதலமைச்சர் அவர்களின் தலைமையிலான திராவிட மாடல் அரசு அமைந்தது முதல் இதுவரை கிட்டத்தட்ட ஒரு லட்சத்து 5 ஆயிரத்து 235 கோடி அளவுக்கு வங்கிக்கடன் இணைப்புகளை நம்முடைய அரசு உங்களுக்கு வழங்கி உள்ளது.*

*நடப்பு நிதியாண்டுக்கான நிதியறிக்கைக் கூட்டத்தொடரும் இந்த மார்ச் மாதம் தான் தொடங்க உள்ளது. ஆகவே, மகளிர் சுய உதவிக்குழுக்களைச் சேர்ந்த சகோதரிகளுக்கு மகளிர் தின பரிசாக, இந்த நிதியறிக்கையில் சிறப்பான திட்டங்களை – அறிவிப்புகளை நம்முடைய முதலமைச்சர் அவர்கள் அறிவிப்பார்கள் என நம்புகிறேன்.*

*அந்தத் திட்டங்களை எல்லாம் பயன்படுத்திக் கொண்டு வாழ்க்கையில் மென்மேலும் நீங்கள் எல்லோரும் உயர வேண்டும் என்பதே எனது ஆசை.*

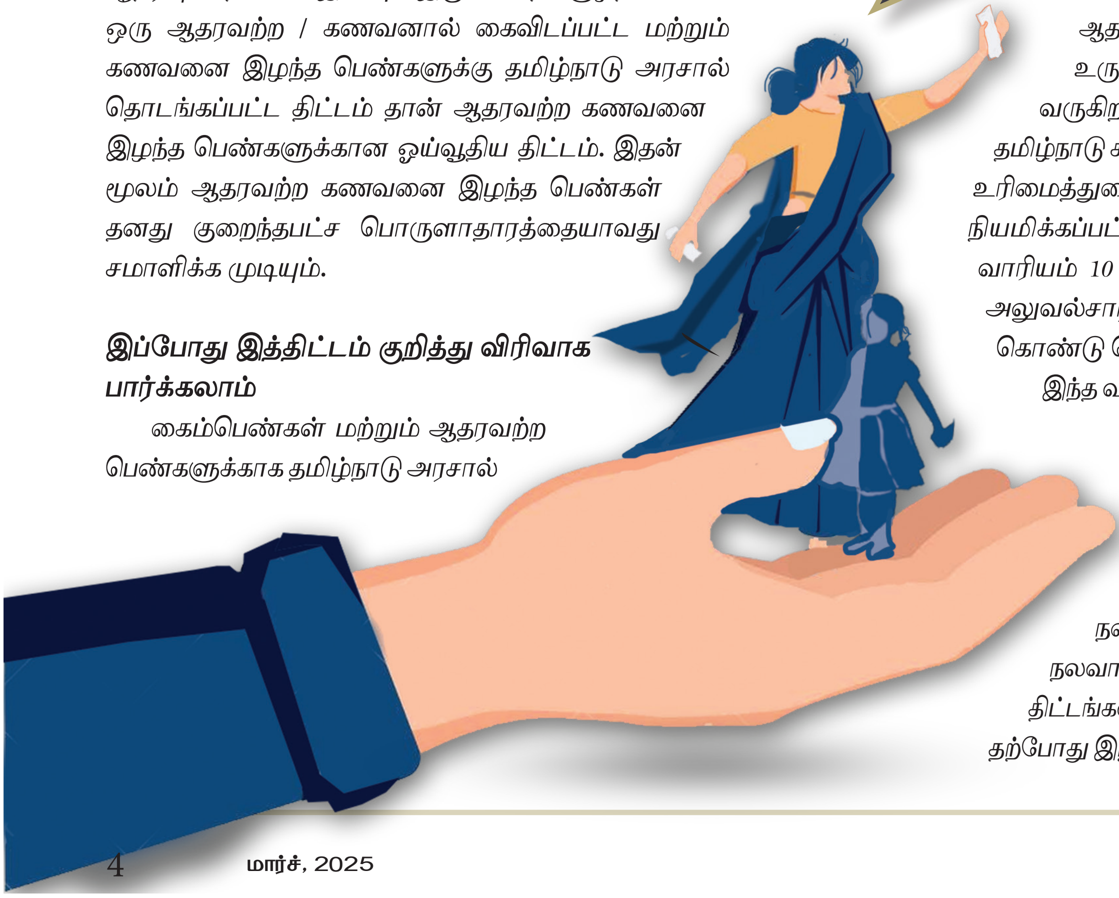
*வாழ்த்துகளோடு,*
*உங்கள் சகோதரன்.*

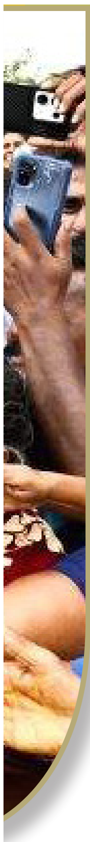
# ஆதரவற்ற/ கணவனால் கைவிடப்பட்ட பெண்களுக்கான ஓய்வூதியத் திட்டம்

நமது சமூகத்தில் பெண்கள் தனித்து வாழ்வது என்பது அவ்வளவு சாதாரணமான விஷயம் அல்ல. அப்படி இருக்கின்ற நிலையில் கணவனால் கைவிடப்பட்ட அல்லது கணவனை இழந்த கைம்பெண்கள் சுயமாக வேலைக்கு செல்ல வேண்டுமானாலும் அல்லது தொழில் தொடங்க வேண்டுமானாலும் முதலீடு தேவை மேலும் சரியான ஆதரவு தேவை. இப்படி இருக்கின்ற சூழ்நிலையில் ஒரு ஆதரவற்ற / கணவனால் கைவிடப்பட்ட மற்றும் கணவனை இழந்த பெண்களுக்கு தமிழ்நாடு அரசால் தொடங்கப்பட்ட திட்டம் தான் ஆதரவற்ற கணவனை இழந்த பெண்களுக்கான ஓய்வூதிய திட்டம். இதன் மூலம் ஆதரவற்ற கணவனை இழந்த பெண்கள் தனது குறைந்தபட்ச பொருளாதாரத்தையாவது சமாளிக்க முடியும்.

**இப்போது இத்திட்டம் குறித்து விரிவாக பார்க்கலாம்**

கைம்பெண்கள் மற்றும் ஆதரவற்ற பெண்களுக்காக தமிழ்நாடு அரசால் கைம்பெண்கள் மற்றும் ஆதரவற்ற மகளிர் நல வாரியம் உருவாக்கப்பட்டு செயல்பட்டு வருகிறது. இந்த வாரியத்திற்கு தமிழ்நாடு சமூக நலன் மற்றும் மகளிர் உரிமைத்துறை அமைச்சர் தலைவராக நியமிக்கப்பட்டுள்ளார். மேலும் இந்த வாரியம் 10 அலுவல்சார் மற்றும் 14 அலுவல்சாரா உறுப்பினர்களைக் கொண்டு செயல்பட்டு வருகிறது. இந்த வாரியத்தின் முதல் கூட்டம் 16.05.2023 அன்று தமிழ்நாடு சமூக நலன் மற்றும் மகளிர் உரிமைத்துறை அமைச்சர் அவர்களின் தலைமையில் நடைபெற்றது. இந்த நலவாரியத்தின் மூலம் பல்வேறு திட்டங்கள் செயல்பட்டு வருகின்றன. தற்போது இந்த ஆதரவற்ற, கணவனால்





கைவிடப்பட்ட பெண்கள் மற்றும் கணவனை இழந்த பெண்களுக்கு ஓய்வூதியம் வழங்கும் திட்டம், தமிழ்நாடு சமூக நலத்துறை மற்றும் பெண்கள் அதிகாரமளித்தல் துறையால் தொடங்கப்பட்டுள்ளது. இந்தத் திட்டத்தின் மூலம், ஆதரவற்ற பெண்களுக்கு 1,000/- நிதி உதவி வழங்கப்படுகிறது.

## எப்படி விண்ணப்பிக்கலாம்?

விண்ணப்பதாரர் இந்த திட்டத்திற்கு தேவையான ஆவணங்களை தயார் செய்து அருகிலுள்ள பொது சேவை மையம் (CSC) மூலம் விண்ணப்பிக்க வேண்டும். ஆனால் அதற்கு முன்பாக பயோமெட்ரிக் சரிபார்ப்பு செயல்முறையை முடிக்க வேண்டும் விண்ணப்பப் படிவத்தில், அனைத்து கட்டாய புலங்களையும் நிரப்பி இருக்க வேண்டும், மேலும் அனைத்து கட்டாய ஆவணங்களின் நகல்களையும் பதிவேற்றம் செய்ய வேண்டும். விண்ணப்பம் சமர்ப்பிக்கப்பட்ட சம்பந்தப்பட்ட அதிகாரியிடமிருந்து ரசீது அல்லது ஒப்புதலைக் கோரி ரசீதில் சமர்ப்பிக்கப்பட்ட தேதி மற்றும் நேரம் போன்ற அத்தியாவசிய விவரங்கள் மற்றும் ஒரு தனிப்பட்ட அடையாள எண் உறுதிசெய்ய வேண்டும்.

மேலும் இத்திட்டத்திற்கு விண்ணப்பிக்க சரியான ஆவணங்களுடன் சம்பந்தப்பட்ட மாவட்ட வட்டாட்சியர் அலுவலகத்திலும் நேரில் சென்று விண்ணப்பிக்கலாம் என அரசு சார்பில் அறிவிக்கப்பட்டுள்ளது.

இத்திட்டத்தின் மூலம் கைவிடப்பட்ட பெண்கள் மற்றும் கணவனை இழந்த கைம்பெண்களுக்கு மாத ஓய்வூதியம் மட்டும் அல்லாமல் தீபாவளி, பொங்கல் போன்ற பண்டிகைகளில் அங்கன்வாடி மையங்களில் இருந்து புடவை, அரிசி உள்ளிட்ட பொருட்களும் வழங்கப்படுகிறது.

பெண்களுக்காக தமிழ்நாடு அரசால் உருவாக்கப்பட்டுள்ள பல்வேறு திட்டங்களில் இந்த திட்டம் ஒரு சிறந்த திட்டமாக அனைவரின் கண்ணோட்டத்தில் பார்க்கப்படுகிறது.

## தகுதி விவரங்கள்

- ஆதரவற்றவராக இருத்தல் வேண்டும்.
- வயது-30 மற்றும் அதற்கு மேல் இருக்க வேண்டும்.
- சட்டப் பூர்வமாக விவாகரத்து பெற்றிருக்க வேண்டும் அல்லது குறைந்தது 5 ஆண்டுகள் கணவனால் கைவிடப்பட்டவராக இருத்தல் வேண்டும். அல்லது நீதிமன்றத்திலிருந்து சட்டப்பூர்வமாக பிரிவு சான்றிதழ் பெற்றிருத்தல் வேண்டும்.
- இத்திட்டத்தில் பயன்பெற விரும்பும் பயனாளர்கள் சொத்தின் மதிப்பு ரூ.1,00,000/-த்திற்குள் இருத்தல் வேண்டும். ஆனால், வழங்கப்பட்டுள்ள இலவச வீடுகளின் மதிப்பு கணக்கில் எடுத்துக்கொள்ளப்படமாட்டாது.

## தேவையான ஆவணங்கள்

- பயனாளியின் புகைப்படம்,
- ஆதார் கார்டு,
- குடும்ப அட்டை அல்லது ஏதாவது ஒரு முகவரி சான்று,
- சுயவிளக்க படிவம்,
- கணவரின் இறப்பு சான்று,
- விதவைச் சான்று,
- வாக்காளர் அடையாள அட்டை, பாஸ்போர்ட், பான் கார்டு, டிரைவிங் லைசன்ஸ் ஆகியவற்றில் ஏதாவது ஒன்று,
- வங்கி கணக்குப் புத்தகம்.

இத்திட்டமானது பெண்களுக்கு ஓரளவுக்கு தங்களது பொருளாதாரத்தை சமாளிக்கும் வகையில் இருக்கும் என்றாலும் ஒவ்வொரு மாதமும் யாரையும் சார்ந்து இருக்கத் தேவையில்லை என்ற ஒரு நிம்மதி பெருமூச்சை ஆதரவற்ற பெண்களுக்கு அளித்துள்ளது என்பதில் எந்த சந்தேகமும் இல்லை.

மேலும் ஆதரவற்ற பெண்களும் கணவனை இழந்த பெண்களும் தங்களுடைய நலிவான பொருளாதாரத்தை எண்ணி சோர்வடைந்து இருக்காமல் இது போன்ற திட்டங்களையும் பயன்படுத்திக் கொண்டு வாழ்க்கையின் அடுத்த கட்டத்தை நோக்கி செல்ல வேண்டும் என்பதுதான் சமூக நல விரும்பிகளின் எண்ணமாக உள்ளது. எனவே இத்திட்டம் குறித்து தெரியாத நலிவடைந்த ஆதரவற்ற கணவனை இழந்த பெண்களுக்கு நம்மால் முடிந்த வரை எடுத்துச் சொல்வோம்.

–புவனேஸ்வரி மாரியப்பன்

# சமூக மருத்துவர் முத்துலெட்சுமி

**1907ஆம் ஆண்டு மெட்ராஸ் மருத்துவக் கல்லூரியில் முதல் பெண் மாணவர்**

**1926ஆம் ஆண்டு தேவதாசி ஒழிப்பு முறை மசோதவைக் கொண்டு வந்தார்.**

**1949 ஆம் ஆண்டு புற்றுநோய் மருத்துவமனைக்கான நிதி திரட்டலைத் தொடங்கினார்.**

தமிழ்நாட்டு மக்கள் நெஞ்சில் வைத்துப் போற்ற வேண்டிய பெயர் முத்துலட்சுமி. சமூகத்துக்காக அத்தனை பணிகளைச் செய்துவிட்டுப் போயிருக்கிறார் முத்துலட்சுமி அம்மையார்.

## இளமைக் காலமும் படிப்பும்

1880ஆம் ஆண்டு இன்றைய புதுக்கோட்டை மாவட்டத்தில் உள்ள திருக்கோகர்ணம் என்ற ஊரில் பிறந்தார். இவரது தந்தை நாராயணசாமி, தாயார் சந்திரம்மாள். அன்றைய மகாராஜா கல்லூரியின் முதல்வராக இருந்த இவரது தந்தை நாராயணசாமி, மகள் படிக்க வேண்டும் என விரும்பினார். பெண் பிள்ளைகளுக்கு படிப்பு எதற்கு என்று பெண்களே கேள்வி கேட்கும் அந்தக் காலத்தில், சமூக விதிகளை மீறி முத்துலட்சுமியை படிக்க அனுப்பினார்.

பல்வேறு தடைகளைக் கடந்து பள்ளிப் படிப்பை முடித்த முத்துலட்சுமிக்கு அவரது தாயார் உடனடியாக திருமணம் செய்ய முடிவெடுத்தார். தந்தை அவர் ஆசிரியர் பணிக்கு செல்ல வேண்டும் என விரும்பினார். இவர்கள் இருவரின் விருப்பத்துக்கும் மாறாக முத்துலட்சுமி மருத்துவம் பயில முடிவு செய்தார். 1907ஆம் ஆண்டு மெட்ராஸ் மருத்துவக் கல்லூரியில் முதல் பெண் மாணவராக அனுமதிக்கப்பட்டார். அவருக்கு 150 ரூபாய் ஊக்கத்தொகை வழங்கப்பட்டது. 1912ஆம் ஆண்டு ஏழு தங்கப்பதக்கங்களுடன் படிப்பை

**வரலாற்றில் என்றுமே பெண்களுக்கான பக்கங்கள் குறைத்தே ஒதுக்கப்பட்டுள்ளது. மறைக்கப்பட்ட, முழுமையாக சொல்லப்படாத பலரின் வரலாற்றை உரக்கச் சொல்வோம்!**

முடித்து தமிழ்நாட்டின் முதல் பெண் மருத்துவர் ஆனார். மெட்ராஸில் பெண்கள், குழந்தைகளுக்கான மருத்துவமனையில் பணி கிடைத்தது.

சமூகத் தடையை மீறி கல்வியில் இத்தனை சாதனை செய்த முத்துலட்சுமி, சமூக முன்னேற்றத்துக்காக தேவதாசி முறை ஒழிப்புச் சட்டம் குழந்தைகள் திருமணத் தடுப்புச் சட்டம், , பாலியல் தொழில் தடுப்பு சட்டம் போன்றவற்றில் ஆற்றிய பங்களிப்பு அளப்பரியது.

## தேவதாசி முறை ஒழிப்பு

பெண்களை கோவிலுக்கு நேர்ந்துவிடும் ஒரு முறை இருந்து. அதையே தேவதாசி முறை என்பர். முத்துலட்சுமியின் தாயார் ஒரு தேவதாசி; அவரை மீட்டு பல்வேறு எதிர்ப்புகள் மத்தியில் திருமணம் செய்து கொண்டார் நாராயணசாமி. முத்துலட்சுமி தனது தாய் வழிச் சொந்தங்களுடன் அதிகம் பழகியதால், அவருக்கு சிறுவயது முதலே தேவதேசி முறை மீது வெறுப்பு இருந்தது.

தேவதாசி முறைக்கு எதிராக தொடர்ந்து குரல் கொடுத்து வந்தார். இந்தப் போராட்டம் அவரை 1925ஆம் ஆண்டு தமிழ்நாடு சட்டமேலவை (Madras Legistative Council) உறுப்பினராக்கியது. 1926ஆம் ஆண்டு தேவதாசி ஒழிப்பு முறை மசோதவைக் கொண்டு வந்தார். 1930ஆம் ஆம் ஆண்டு தேவதாசி முறையால் பாதிக்கப்பட்ட பெண் குழந்தைகள், ஆதரவற்ற பெண் குழந்தைகளுக்காக அவ்வை இல்லத்தைத் தொடங்கினார். 1947ஆம் ஆண்டு காங்கிரஸ் அரசு தேவதாசி முறை ஒழிப்புச் சட்டத்துக்கு ஒப்புதல் அளித்தது.

தேவதாசி முறையை ஒழிப்பதில் மருத்துவர் முத்துலட்சுமி தொடர்ந்து போராட, அதனால் தன் உயிரை மாய்த்துக் கொண்ட செண்பகவல்லி எனும் 13 வயது சிறுமி எழுதிய கடிதமும் முக்கியக் காரணம்.

## குழந்தைகள் திருமண ஒழிப்புச் சட்டம்

பெண் குழந்தைகளுக்கு 10 வயதுக்குள் திருமணம் செய்து வைக்கும் பழக்கம் நம் சமூகத்தில் நிலவியது. பெண்களின் திருமண வயதை 14ஆக உயர்த்தக் கோரிய மசோதா குறித்து சட்டமன்றக் கவுன்சிலில் விவாதம் நடத்தப்பட்டபோது, உடன்கட்டை ஏறும் பழக்கத்தால் ஏற்படும் துயரம் ஒரு சில நிமிடங்கள் மட்டுமே. ஆனால், குழந்தைகளுக்கு திருமணம் செய்யும் பழக்கத்தால், பெண் குழந்தைகள் பிறப்பு முதல் இறப்பு வரை தொடர்ந்து துயர்மிகு வாழ்வுக்கு அடிமையாகும் நிலை உள்ளது, குழந்தைப் பருவ மனைவி, குழந்தைப் பருவ தாய், பல சமயங்களில் குழந்தை பருவத்திலேயே விதவை என இந்தத் துயரங்கள் தொடர்கின்றன" என பேசினார். இதுகுறித்து 'My Experience As A Legislator' எனும் தனது நூலில் குறிப்பிட்டுள்ளார்.

தமிழ்நாடு அரசின் டாக்டர் முத்துலட்சுமி நினைவு மகப்பேறு நிதியுதவி திட்டம் சார்பில், ஏழை கர்ப்பிணிப் பெண்களுக்கு~ ₹ 18,000 வழங்கப்பட்டு வருகிறது

## சமூக மருத்துவர்

ஒரு மருத்துவராக பெண்கள், குழந்தைகள் நலனில் பெரிதும் கவனம் செலுத்தி வந்தவர் முத்துலட்சுமி. 1922ஆம் ஆண்டு அவர் தங்கைக்கு புற்றுநோய் வந்தது. அப்போது புற்றுநோய்க்கு சிகிச்சை பெற மும்பை செல்ல வேண்டும். அத்தனை தொலைவில் சென்று சிகிச்சை அளித்தும் அவர் சகோதரி உயிரிழந்தார். இந்த நிகழ்வுக்குப் பிறகு தமிழ்நாட்டில் எப்படியாவது ஒரு புற்றுநோய் சிகிச்சை மருத்துவமனையைக் கொண்டுவர வேண்டும் என்பதே அவர் நோக்கமாக இருந்தது.

இந்தியப் பெண்கள் அமைப்பின் சார்பாக 1949ஆம் ஆண்டு புற்றுநோய் மருத்துவமனைக்கான நிதி திரட்டலைத் தொடங்கினார். முத்துலட்சுமியின் தொடர் முயற்சியால், 1952ஆம் ஆண்டு அன்றைய பிரதமர் ஜவஹர்லால் நேருவால் புற்றுநோய் மருத்துவமனைக்கு அடிக்கல் நாட்டப்பட்டது. 1954ஆம் ஆண்டு 12 படுக்கைகளுடன் செயல்படத் தொடங்கியது அடையாறு புற்றுநோய் சிகிச்சை மையம். இதுதான் தென்னிந்தியாவின் முதல் புற்றுநோய் சிகிச்சை மையம். முத்துலட்சுமியின் இந்தச் சாதனையைப் பாராட்டி பத்ம பூஷண் விருது கொடுத்து கௌரவித்தது ஒன்றிய அரசு. முத்துலட்சுமி ரெட்டிக்குப் பிறகு அவரது மகனும் புற்றுநோய் அறுவை சிகிச்சை நிபுணருமான மருத்துவர் கிருஷ்ணமூர்த்தியும், மருத்துவர் சாந்தாவும் அந்த மருத்துவமனையின் பொறுப்பை ஏற்றுக்கொண்டனர். இன்று ஆண்டுக்கு லட்சம் புற்றுநோயாளிகளுக்கு இங்கு சிகிச்சை அளிக்கப்பட்டு வருகிறது.

இப்படி முத்துலட்சுமியின் பணிகள் குறித்து சொல்லிக்கொண்டே போகலாம். டாக்டர் முத்துலட்சுமி ஆற்றிய தொண்டு காலம் கடந்தும் நினைவு கூறப்பட்டுக்கொண்டே இருக்கும்.

–பாண்டியன்

# எந்தப் பாகுபாடும் இல்லாமல் தி

மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் திரு. மு.க.ஸ்டாலின் அவர்கள் தலைமையில் 15-02-2025 அன்று தமிழ்நாட்டில் ஒன்றிய அரசின் ஊரக வளர்ச்சி அமைச்சகத்தால் செயல்படுத்தப்படும் 67 திட்டங்களைக் கண்காணிக்கவும் அதனை செயல்படுத்தவும் மாநில அளவிலான வளர்ச்சி, ஒருங்கிணைப்பு மற்றும் கண்காணிப்பு குழு (DISHA) கூட்டம் நடைபெற்றது.

திட்டங்களுக்கு ஒதுக்கப்படக்கூடிய நிதியை முறையாக செலவிடுவது, திட்ட செயல்பாடுகளைக் கண்காணிப்பது, ஒன்றிய, மாநில, மாவட்ட மற்றும் உள்ளாட்சி அமைப்புகளுக்கிடையே இணக்கமான நிலையை உருவாக்குவது, தேர்தெடுக்கப்பட்ட மக்கள் பிரதிநிதிகள் ஒன்றிய அரசினுடைய திட்ட செயல்பாடுகளை ஆய்வு செய்ய வழிவகை செய்வது ஆகிய பணிகளை இந்த குழு மூலம் செய்கிறார்கள்.

அதில் முக்கிய திட்டங்கள் குறித்து மாண்புமிகு முதலமைச்சர் அவர்களின் உரை:

பிரதம மந்திரி கிராம சாலைத் திட்டத்தினை செயல்படுத்துவதைப் பொறுத்தவரை தமிழ்நாடு, இந்தியாவிலேயே முன்னோடி மாநிலமாக திகழ்கிறது. இந்தத் திட்டத்தின் நான்காவது கட்ட செயல்பாட்டை 2011-ஆம் ஆண்டு மக்கள் தொகையினை அடிப்படையாகக் கொண்டு 500-க்கும் அதிகமான மக்கள் தொகை கொண்ட, இதுவரை இணைப்புச் சாலை வசதி இல்லாத குக்கிராமங்களுக்கு சாலை வசதி ஏற்படுத்த ஒன்றிய அரசு அனுமதி அளித்துள்ளது. இப்படியான 7 கிராமங்கள்தான் தமிழ்நாட்டில் இருக்கின்றன. வனப்பாதுகாப்பு சட்டத்தின்படி அனுமதி பெற்ற பிறகுதான் அங்கே இணைப்புச் சாலை வசதி ஏற்படுத்த முடியும். அதனால், ஏற்கனவே உள்ள சாலைகளை

மேம்படுத்த ஒன்றிய அரசு அனுமதி வழங்க வேண்டும். இந்தக் குழு உறுப்பினர்களின் ஆலோசனைகளுடன் மீண்டும் ஒன்றிய அரசுக்கு இது குறித்து வலியுறுத்தப்படும் என்று தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்.

பிரதம மந்திரி ஊரக குடியிருப்பு திட்டத்தினைப் பொறுத்தவரை ஒரு வீட்டிற்கான அலகுத் தொகை 1,20,000 ரூபாய் ஆகும். இதில், ஒன்றிய அரசு 72,000 ரூபாயும், மாநில அரசு 48,000 ரூபாயும் வழங்கி வரும் நிலையில், மாநில அரசு கூடுதலாக 1 இலட்சத்து 20 ஆயிரம் ரூபாயை மேற்கூரை அமைப்பதற்காக வழங்கி வருகிறது. 2021-2022 ஆண்டு வரை 3,61,591 வீடுகளுக்கு அனுமதி வழங்கப்பட்டு இதுவரை, 3,43,958 வீடுகள் கட்டி முடிக்கப்பட்டுள்ளன. மீதமுள்ள வீடுகளை கட்டும் பணிகளும் நடைபெற்றுக் கொண்டிருக்கிறது. நமது

(இக்கூட்டத்தில், மாண்புமிகு ஊரக வளர்ச்சித் துறை அமைச்சர் திரு. இ. பெரியசாமி, மாண்புமிகு மருத்துவம் மற்றும் மக்கள் நல்வாழ்வுத் துறை அமைச்சர் திரு. மா. சுப்பிரமணியன், நாடாளுமன்ற உறுப்பினர்கள் திரு. டி.ஆர். பாலு, திரு. கே. சுப்பராயன், திரு. பி. மாணிக்கம் தாகூர், திரு. கே. நவாஸ் கனி, திரு. தொல். திருமாவளவன், திரு. துரை வைகோ, சட்டமன்ற உறுப்பினர்கள் திரு. வி.ஜி. ராஜேந்திரன், மருத்துவர் நா.

# திட்டங்களைச் செயலாக்கும் அரசு

ஆட்சியில் இந்தத் திட்டம் சிறப்பாக செயல்பட்டு வருகிறது என்பதை பெருமையுடன் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

பிரதம மந்திரி ஊரக குடியிருப்பு திட்டத்தின் கீழ் கட்டப்படும் வீட்டிற்கான கட்டுமானப் பொருட்களின் விலை மற்றும் தொழிலாளர்களின் கூலி ஆகியவை கணிசமான அளவுக்கு அதிகரித்துள்ளது. அதனால், நான் தொடக்கத்திலேயே தெரிவித்தபடி, அலகு தொகையினை குறைந்தபட்சம் 3 இலட்சத்து 50 ஆயிரம் ரூபாயாக உயர்த்தி வழங்க வேண்டுமென்று ஒன்றிய அரசிடம் கேட்டுள்ளோம். ஆனால், இதுவரை எந்த பதிலும் வரவில்லை. இந்தக் குழு மூலமாக ஒரு தீர்மானத்தை நிறைவேற்றி மீண்டும் ஒன்றிய அரசை வலியுறுத்துவோம்.

மகாத்மா காந்தி தேசிய ஊரக வேலை வாய்ப்பு உறுதித் திட்டத்தினை செயற்படுத்துவதில் நமது திராவிட மாடல் தமிழ்நாடு அரசு எப்போதுமே முன்னோடியாக இருந்து வருகிறது. 2023–24ஆம் ஆண்டில் தேசிய சராசரியான 52 நாட்களைவிட அதிகமாக 59 நாட்கள் வேலை வழங்கியிருக்கிறோம் நவம்பர் மாதம் வரை தொழிலாளர்களுக்கு ஊதியம் வழங்கப்பட்டு அதற்குப் பின்னால், ஒன்றிய அரசால் ஊதியம் வழங்கப்படாமல் இருக்கிறது. இதுதொடர்பாக, மாண்புமிகு இந்திய பிரதமர் அவர்களுக்கு கடிதம் எழுதியுள்ளேன். மாண்புமிகு ஒன்றிய அமைச்சர்கள் மற்றும் ஊரக வளர்ச்சித் துறை அமைச்சர் அவர்களையும் நமது மாண்புமிகு நிதியமைச்சர் திரு. தங்கம் தென்னரசு அவர்களும், தூத்துக்குடி நாடாளுமன்ற உறுப்பினர் திருமதி கனிமொழி அவர்களும், ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சி துறை அரசு கூடுதல் தலைமை செயலாளர் திரு. ககன்தீப் சிங் பேடி அவர்களும் சந்தித்து ஊதிய நிலுவைத் தொகையை உடனடியாக விடுவிக்க கோரிக்கை வைத்துள்ளார்கள். ஆனாலும், இதுவரை நிதி வரவில்லை. ஊதிய நிலுவைத் தொகையாக 2,118 கோடி ரூபாய் வரவேண்டியுள்ளது. இது தொடர்பாக இதற்கும் இக்குழு மூலமாக தீர்மானம் நிறைவேற்றி ஒன்றிய அரசை மீண்டும் வலியுறுத்துவோம்.

அடுத்ததாக, தேசிய வேளாண் வளர்ச்சி திட்டத்தின்கீழ், 2023–24ஆம் ஆண்டில் 1,29,020 ஹெக்டேர் நிலப்பரப்பில் நுண்ணீர்ப் பாசன அமைப்பிற்காக 109.90 இலட்சம் ரூபாய் மானியம் வழங்கி 105 விழுக்காடு சாதனை படைத்திருக்கிறோம். நடப்பாண்டில், 2024–25 ஜனவரி மாதம் வரை 76,733 ஹெக்டேர் நிலப்பரப்பில் நுண்ணுயிர் பாசன அமைப்பிற்காக 66.84 இலட்சம் ரூபாய் மானியம்

எழிலன், திரு.டி.கே.ஜி. நீலமேகம், திரு. எம். பூமிநாதன், திரு. ஜெ.எம்.எச். அசன் மௌலானா, திரு. கே.ஏ. செங்கோட்டையன், தலைமைச் செயலாளர் திரு. நா. முருகானந்தம், இ.ஆ.ப., ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சித் துறை கூடுதல் தலைமைச் செயலாளர் திரு. ககன்தீப் சிங் பேடி, இ.ஆ.ப., துறைச் செயலாளர்கள், துறைத் தலைவர்கள், அரசு சாரா அமைப்பின் நிர்வாகிகள் மற்றும் அரசு உயர் அலுவலர்கள் கலந்து கொண்டனர்.)

வழங்கப்பட்டிருக்கிறது. இந்தத் திட்டத்தின்கீழ், உழவர்கள் அதிகப் பங்குத் தொகை செலுத்த வேண்டியிருக்கிறது. அதனால், உச்சகட்ட நிலவரம்பான 5 ஹெக்டர் என்பதனை தளர்த்த ஒன்றிய அரசினை வலியுறுத்த நான் உறுப்பினர்களை கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

ஏழை கர்ப்பிணித் தாய்மார்களுக்கு பேறுகாலத்தில் சத்தான உணவுக்கு ஆகும் செலவை மேற்கொள்ள நடைமுறைப்படுத்தப்பட்டு வரும் பிரதான் மந்திரி மாத்ரு வந்தனா யோஜனா திட்டத்தின்கீழ் 5000 ரூபாய் நிதியுதவி வழங்கப்பட்டு வருகிறது. 2023-24ஆம் ஆண்டில் 1,51,674 கர்ப்பிணிப் பெண்களுக்கு ரூ.45.52 கோடி நிதியுதவி வழங்கப்பட்டது. நடப்பாண்டில், முதல் மகப்பேறு மற்றும் இரண்டாவது பெண் குழந்தை பெறும் தாய்மார்களுக்கு நிதி உதவி வழங்கப்பட்டு வருகிறது.

அடையாள அட்டை பெறப்பட்டு, மாற்றுத்திறனாளிகள் நலத்துறையின் தரவுகளில் பதிவேற்றம் செய்யப்படாதவர்கள் B பிரிவிலும், எந்தச் சான்றிதழ்களும் இல்லாமல் மாற்றுத்திறனாளிகள் என கணிக்கப்பட்டு மாற்றுத்திறனாளிகள் நலத் துறையின் தரவுகளில் பதிவேற்றம் செய்ய வேண்டிய நபர்கள் C பிரிவிலும் பதியப்பட்டுள்ளனர். மேலும் 87,008 நபர்கள் "C பிரிவு மாற்றுத்திறனாளிகள்" என கணிக்கப்பட்டு, கண்டறியப்பட்டனர்.

இப்படி அனைத்து மாவட்டங்களிலும் கண்டறியப்பட்ட C-பிரிவு மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கு 1,238-க்கும் அதிகமான UDID முகாம்கள் நடத்தப்பட்டு
51,296 மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கு UDID இணையதளம் வாயிலாக உருவாக்கப்பட்டு வழங்கப்பட்டுள்ளது.

உங்களுக்கெல்லாம் நான் இதுவரை தெரிவித்த

“மாநில அரசின் திட்டம், ஒன்றிய அரசின் திட்டம், முந்தைய அரசின் திட்டம், இந்த அரசின் திட்டம் என்ற எந்தப் பாகுபாடும் இல்லாமல் நாம் செயல்பட்டு வருகிறோம் என்பது புரிந்திருக்கும்.”

– மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் திரு. மு.க.ஸ்டாலின்

மாற்றுத் திறனாளிகளுக்கான தனித்துவம் வாய்ந்த அடையாள அட்டை வழங்கும் திட்டத்தின்கீழ், மாற்றுத்திறனாளிகள் என்பதற்கான மருத்துவச் சான்றிதழினை பெறுவதற்கும், அரசின் நலத்திட்டங்களை அவர்களுக்கு எளிதாகக் கொண்டு செல்லவும் இந்தியா முழுமையும் செல்லுபடியாகக்கூடிய தனித்துவம் வாய்ந்த அடையாள அட்டை வழங்கும் திட்டம் செயல்படுத்தப்பட்டு வருகிறது. இந்தத் திட்டத்தினை சிறப்பாக செயல்படுத்தும் நோக்கில் அரசு மருத்துவமனைகளில் பணிபுரியும் முதன்மை மருத்துவ அலுவலர்கள் மற்றும் சிறப்பு மருத்துவர்களுக்கு பயிற்சிகள் வழங்கப்பட்டுள்ளன.

சமூக தரவுகள் பதிவுகளில் (SRE) ஏற்கனவே மாற்றுத்திறனாளிக்கானஅடையாள அட்டை பெறப்பட்டு, மாற்றுத்திறனாளிகள் நலத்துறையின் தரவுகளில் பதிவேற்றம் செய்யப்பட்டவர்கள் A பிரிவிலும், மாற்றுத்திறனாளிக்கான

தகவல்களிலிருந்து ஒன்று புரிந்திருக்கும். மாநில அரசின் திட்டம், ஒன்றிய அரசின் திட்டம், முந்தைய அரசின் திட்டம், இந்த அரசின் திட்டம் என்ற எந்தப் பாகுபாடும் இல்லாமல் நாம் செயல்பட்டு வருகிறோம் என்பது புரிந்திருக்கும். ஒன்றிய அரசின் அனைத்து திட்டங்களும் கடைக்கோடிப் பயனாளிகளுக்கும் சென்று சேர்வதில் திராவிட மாடல் அரசின் பங்கை நாம் உணர்ந்திருக்கிறோம். அதனால்தான் மாநில அரசின் பங்குத் தொகையினை காலதாமதமில்லாமல் விடுவிக்கின்றோம். ஆனால், ஒன்றிய அரசின் நிதி கிடைப்பதில் காலதாமதம் ஏற்படுவதனால், திட்டங்களின் பயன்கள் மக்களுக்கு சென்றடைவதில் தாமதமாகிறது. உடனடியாக, நிதியை விடுவிக்க இந்த குழு மூலமாக வலியுறுத்தப்படுமென்று உறுதியாகத் தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்.

## மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களின் உற்பத்திப் பொருட்களை விற்பனை

# மதி அனுபவ அங்காடி

இந்நிகழ்ச்சியில் மாண்புமிகு வணிகவரி மற்றும் பதிவுத் துறை அமைச்சர் திரு. பி.மூர்த்தி, மாண்புமிகு இந்து சமயம் மற்றும் அறநிலையத் துறை அமைச்சர் திரு. பி.கே.சேகர்பாபு, மாண்புமிகு உயர்கல்வித் துறை அமைச்சர் முனைவர் கோவி.செழியன், மாண்புமிகு பள்ளிக் கல்வித் துறை அமைச்சர் திரு. அன்பில் மகேஸ் பொய்யாமொழி, மாண்புமிகு பிற்படுத்தப்பட்டோர் நலத்துறை அமைச்சர் திரு. சிவ.வீ.மெய்யநாதன், ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சித் துறை கூடுதல் தலைமைச் செயலாளர் திரு.ககன்தீப் சிங் பேடி, இ.ஆ.ப., தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் மேலாண்மை இயக்குநர் திருமதி.ச.திவ்யதர்சினி, இ.ஆ.ப., தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் செயல் இயக்குநர் திருமதி.ஸ்ரேயா பி.சிங், இ.ஆ.ப., மற்றும் அரசு உயர் அலுவலர்கள் கலந்து கொண்டனர்.

மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் அவர்களின் ஆணைக்கிணங்க, மாண்புமிகு தமிழ்நாடு துணை முதலமைச்சர் திரு. உதயநிதி ஸ்டாலின் அவர்களின் வழிகாட்டுதலில், தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் கீழ் செயல்பட்டு வரும் சுய உதவிக் குழுக்கள் தயாரிக்கும் பொருட்கள் அனைவருக்கும் உரிய விலையில் கிடைக்க வேண்டும் என்ற நோக்கத்துடன், மாநில, மாவட்ட, வட்டார அளவில் மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் தயாரிப்புப் பொருட்களின் விற்பனைக் கண்காட்சிகள், மதி எக்ஸ்பிரஸ் மின் வாகனங்கள், மதி அங்காடி, மதி இணையதளம், மதி சிறுதானிய உணவகம் மற்றும் இயற்கைச் சந்தைகள் என பல்வேறு செயல்பாடுகள் தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் சார்பில் முன்னெடுக்கப்படுகிறது.

இதன் தொடர்ச்சியாக, "மதி அனுபவ அங்காடி" (MATHI Experience Store) தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் தலைமை அலுவலகத்தில் மாண்புமிகு தமிழ்நாடு துணை முதலமைச்சர் அவர்களால் 18.11.2023 அன்று துவக்கி வைக்கப்பட்டது.

இந்த மதி அனுபவ அங்காடியில் தமிழ்நாட்டில் உள்ள 37 மாவட்டங்களில் செயல்படும் சுய உதவிக் குழுக்கள் தயாரிக்கும் பொருட்கள் கொள்முதல் செய்யப்பட்டு, விற்பனை செய்யப்பட்டு வருகிறது. நியாயமான விலையில் விற்பனை செய்து, நிறைய வருமானம் ஈட்டுவது இந்த அங்காடிகளின் தனிச் சிறப்பு.

மதி அனுபவ அங்காடிக்கு பொதுமக்கள் அளித்த வரவேற்பினைத் தொடர்ந்து, சென்னை தலைமைச் செயலகத்தில் இரண்டாவது மதி அனுபவ அங்காடியினை மாண்புமிகு தமிழ்நாடு துணை முதலமைச்சர் திரு. உதயநிதி ஸ்டாலின் அவர்கள் இன்று 10.02.2025 அன்று துவக்கி வைத்தார். இந்த மதி அனுபவ அங்காடியில் சுய உதவிக் குழுக்களைச் சேர்ந்த மகளிரால் உற்பத்தி செய்யப்படும் "மதி" என்ற வணிக முத்திரையுடன் கைவினைப் பொருட்கள், கைத்தறி துணிகள், தேன், நாட்டுச்சர்க்கரை, சிறுதானிய உணவு பொருட்கள், அலங்கார பொருட்கள், ஆபரணங்கள், சிலைகள், உணவுப் பொருட்கள், சிறுதானியங்கள் மற்றும் வீட்டிற்குத் தேவையான மளிகைப் பொருட்கள் உள்பட அனைத்துப் பொருட்களும் விற்பனை செய்யப்படுகின்றன.

# சும்மாவா இருக்கிறார்கள் பெண்கள்?!

பள்ளிகளில் நம்முடைய குழந்தைகளிடம் உங்கள் பெற்றோர் என்ன வேலை செய்கிறார்கள் என்று கேட்டால் அவர்கள் என்ன பதில் சொல்வார்கள்?

ஒரு மாணவன் தன்னுடைய அம்மா 'எஸ்.ஐ ஆக இருக்கிறார்' எனக் குறிப்பிட்டிருந்ததாக ஒரு ஆசிரியரின் முகநூல் பதிவு. அவர் அம்மா வெளிவேலைக்குப் போகவில்லை என்பது மொத்த வகுப்புக்கே தெரியும். இருந்தாலும், 'எஸ்.ஐ ஆக இருக்கிறார்கள்' எனப் பையன் சொல்லியிருக்கானே என அவனிடம் விவரம் கேட்டிருக்கிறார்கள்.

அந்தச் சிறுவனோ, "'சும்மா இருக்கிறார்கள்' என்ற தமிழ் வார்த்தைகளின் ஒலிகளை ஆங்கிலத்தில் எழுதிப் பாருங்க. அதான் 'எஸ்.ஐ' என்று குறிப்பிட்டேன்" எனச் சொல்லி இருக்கிறான். இந்த விளக்கத்தை அவன் குறிப்பிட்டதும் ஒட்டுமொத்த வகுப்பறையில் இருந்த குழந்தைகள் எல்லாம் ஹஹ வென சிரித்திருக்கிறார்கள்.

## அம்மா என்ன சும்மாவா இருக்காங்க?

கணவன், மனைவி குழந்தைகள் வசிக்கிற ஒரு சராசரி தனிக் குடும்பத்தை எடுத்துக்கொள்வோம்.

கணவன் எத்தனை மணிநேரம் ஒரு நாளில் வேலை பார்க்கிறார்? அதில் வெளிவேலை எவ்வளவு நேரம், வீட்டு வேலைக்கு எவ்வளவு நேரம் ஒதுக்குகிறார்?

மனைவி எத்தனை மணி நேரம் வீட்டு வேலைக்கு ஒதுக்குகிறார்? வெளிவேலைக்குச் செல்பவர் என்றால் எவ்வளவு நேரம் வெளிவேலை செய்கிறார்?

## விடை எப்படி இருக்கும்

கணவன் பெரும்பாலும் வீட்டு வேலைக்குச் செல்வார். 8-10 மணிநேரம் வெளி வேலைகள் செய்வார். வீட்டு வேலைகளில், குழந்தைகளைப் பள்ளிகளில் விடுவது, அழைத்து வருவது, கடைகளுக்குச் செல்வது, இப்படியான பணிகள் இருக்கும். இந்த வகையான வீட்டு வேலைகளுக்கு அவர் அதிகபட்சம் 1-2 மணி நேரம் செலவிடுவார். ஒட்டுமொத்தமாக அவர் வீட்டு வேலைக்கு செலவிடும் நேரமே அந்த இரண்டு மணி நேரமாகத்தான் இருக்கலாம்.

சரி, மனைவியின் கதை என்னவாக இருக்கிறது. விடியற்காலை எழுந்து, துணி துவைப்பது, வீட்டைச் சுத்தம் செய்வது, சமையல் செய்வது, பாத்திரங்கள் கழுவுவது, உலர்ந்த துணிகளை மடிப்பது. இப்படி குறைந்தது 6 முதல் 12 மணி நேரம் வரை வேலை செய்கிறார். இந்த வகையான வீடுசார் வேலைகளை 'வீட்டுப் பணிகள்' என்று அழைக்க வேண்டும். இவை முதல் வகையான வீடுசார் வேலைகள்.

அடுத்து, குடும்பத்திலுள்ள வயதானவர்கள், சிறுவர்களை கவனிக்க வேண்டும். நோயுற்ற வயதானவர்கள் என்றால் இரவுகூட, பெண்களால் தூங்க முடியாது. குழந்தைகளுக்குப் பாடம் சொல்லித் தர, குளிக்க வைக்க உணவு ஊட்ட வேண்டும். வீட்டில் ஆடு மாடு இருப்பின் அவைகளை பராமரிக்க தனி நேரம். இந்த பணிகளை 'வீட்டுப் பராமரிப்புப் பணிகள்' என்போம்.

**வீடுசார் உழைப்பான, வீட்டுப் பணி, வீட்டுப் பராமரிப்புப் பணி இவற்றிற்கு இந்தியாவில் பெண்கள் 6 மணி நேரம் முதல் 12 மணி நேரம் வரை செலவிடுகிறார்கள்.**

இது இரண்டாம் வகைப் பணிகள்.

இந்த வீடுசார் வேலைகளை எல்லாம் முழு நேரப் பணியாகப் பெண்கள் காலங்காலமாகச் செய்து வருகிறார்கள். இருப்பினும் அவர்கள் ஆண்களைப் போல வெளியே சென்று சம்பாதிக்கவில்லை என்பதால், நம் சமூகம் அவர்களுக்கு கொடுக்கிற பட்டம் 'சும்மா இருப்பவர்கள்'.

மேற்கூறிய வீடுசார் உழைப்பான, வீட்டுப் பணி, வீட்டுப் பராமரிப்புப் பணி இவற்றிற்கு இந்தியாவில் பெண்கள் 6 மணி நேரத்தில் இருந்து 12 மணி நேரம் வரை செலவிடுகிறார்கள்.

இந்தியாவில் பெண்களால் வெளிவேலைக்குச் செல்வதற்கு முடியாமல் இருப்பதற்கு முக்கிய காரணங்களில் ஒன்று, அவர்களுக்கு வீட்டு வேலைக்கே நேரம் சரியாக இருக்கிறது என்பது. 'நேரமே இல்லை' என்கிற வார்த்தைகள் பெண்களுக்கு மிகவும் பொருந்தும். 'நேர வறுமை' என்ற அளவிற்கு பெண்களுக்கு வீட்டுப்பணிச்சுமை அதிகம். ஆனால், இந்தப் பெண்களைப் போய், நாமும், நம் சமூகமும், 'சும்மா இருக்காங்க' எனக் குறிப்பிடுகிறோம்.

ஒரு நாட்டில் பெண்களின் வீட்டு வேலை பணிச்சுமை சராசரியாக இரண்டு மணி நேரம் குறைந்தால், அந்த நாட்டில் கூடுதலாக நூற்றில் பத்து பெண்கள் வெளிவேலைக்குச் செல்ல முடியும் என்று ஆய்வுகள் குறிப்பிடுகிறது.

வெளிவேலைக்குச் செல்லும் பெண்களுக்குப் பொருளாதார சுதந்திரம் ஓரளவு இருக்கும். ஆண்களை முழுமையாக சார்ந்திருக்கிற நிலை மாறத்தொடங்கும். இதனால், பெண்கள் சந்திக்கிற குடும்ப வன்முறையின் அளவுகூட குறையும். ஒரு சின்ன முன்னேற்றம் மற்றும் சுதந்திரம் அவர்களுடைய தனிப்பட்ட வாழ்க்கையில் ஏற்படுகிறது. இதனால்தான் பெண்கள் வெளிவேலைக்குச் சென்று பொருள் ஈட்டுவதற்கும், தங்கள் சொந்தக் காலில் நிற்பதற்கும் நாம் வழிவகைகளைச் செய்ய வேண்டும் என வலியுறுத்தி வருகிறோம்.

## இறுதியாக ஒரு அம்சம்

பெண்கள் செய்யும் வீடு சார் பணிகளின் பொருளாதார மதிப்பு என்ன தெரியுமா? 1995ஆம் ஆண்டு ஐ.நா அமைப்பின் UNDP நிறுவனக் கணிப்புப் படி, உலகில் பெண்கள் செய்த கண்ணுக்குத் தெரியாத, கணக்கில் வராத, வீடு சார் உழைப்பின் மதிப்பின் அளவு 11 டிரில்லியன் டாலர்கள் (இந்திய மதிப்பில் சுமார் 961 லட்சம் கோடி). அன்றைய ஒட்டுமொத்த உலக உற்பத்தியின் மதிப்பு 23 டிரில்லியன் அமெரிக்க டாலர்கள் (இந்திய மதிப்பில் சுமார் 2009 லட்சம் கோடி).

ஆக, உலகின் ஒட்டுமொத்த உற்பத்தி மதிப்பில், பாதி அளவுக்குப் பெண்களின் வீடுசார் உழைப்பின் மதிப்பு உள்ளது. இந்தப் பணிகளை மட்டும் பெண்கள் செய்யவில்லை என்றால் என்ன ஆகும்? உலகில் ஒருவராலும் வேலைக்குப் போக முடியாது. உலகின் உற்பத்தியே ஸ்தம்பிக்கும். உலகில் தொழிலாளர்களை, உற்பத்தி செய்து அவர்களைப் பராமரித்து உற்பத்திக்கு அனுப்பும் பணியை இந்தச் சமூகம் பெண்கள் மீதுதான் சுமத்தி இருக்கிறது.

இதே நிலை அடுத்த தலைமுறையிலும் தொடர வேண்டுமா வேண்டாமா என்று தீர்மானிக்கும் கருவி சமூகத்தின் அங்கமான நம் அனைவரிடமும் இருக்கிறது.

ஆண் பெண் இருவரின் வேலை நேரம் குறித்து எழுப்பப்பட்ட கேள்விகள் அனைத்தும் குழந்தைகளுக்கும் பொருந்தும். உங்கள் வீட்டில் மகனுக்கு வெளி வேலையும், மகளுக்கு வீட்டு வேலையும் என்று தனித்தனி வேலைகள் இருக்கிறதா?

இந்நிலையை மாற்றினால் தான், 'அம்மா தானே, வீட்டில் சும்மா இருக்கிறார்' என்கிற மனநிலையும் மாறும்.

**– நர்மதா தேவி**

அட்டை & வண்ணப்படங்கள்: பொன். காசிராஜன்

# வறுமையை விரட்டிய 'நம்பிக்கை' பெண்கள்

**– சோனியா காந்தி குழு மகளிர் சுய உதவிக்குழு**

இருபத்தி ஐந்து ஆண்டுகளாக சுய உதவிக்குழு நடத்தி வருகின்றனர் சென்னை, மாதவரத்தைச் சேர்ந்த 13 பெண்கள். தையல் தொழில், ஸ்விட்ச் பாக்ஸ் செய்வது, துணி விற்பனை செய்வது, மாவு அரைத்தல் என பல தொழில்களை மேற்கொண்டு தங்களையும் தங்களின் பகுதியையும் முன்னேற்றி வருகிறார்கள். அவர்களின் அசராத தொடர் உழைப்பால், தமிழ்நாடு அரசின் 2022 – 23 ஆண்டிற்கான மணிமேகலை விருதைப் பெற்றுள்ளனர். கால்நூற்றாண்டை கடந்து வலிமையாக நிற்கும் இவர்களின் கதையைக் கேட்க, அவ்வளவு சுவாரசியம். கேட்போமா ?

## 'பிள்ளைங்கள படிக்க வைக்க …'

இதெல்லாம் ஆரம்பிக்கிறது முன்ன "ஒழுங்கான பஸ், சாலை வசதினு எங்கள சுற்றி ஒண்ணுமே இல்ல. நாங்க எல்லாரும் கூலி வேலை தான். ஒருநாள் தொண்டு நிறுவனம் மூலம் மகளிர் குழு பத்தி தெரிஞ்சிக்கிட்டோம். 'எல்லாருமே பெண் பிள்ளைகளை வைத்து இருக்கீங்க குழுவில் சேர்ந்தா உங்க குடும்பத்திற்கும் அவர்கள் படிப்பிற்கும் நல்லது' அப்படினு சொன்னாங்க."என்று தொடங்கினார் ரேணுகா.

2000 ஆம் ஆண்டில் 13 பெண்களைக் கொண்டு இந்திரா காந்தி சுய உதவிக் குழுவாக உருவானது. இக்குழுவை உருவாக்கும் போதே, அருகருகே இருக்கும் நபர்களை உறுப்பினர்களாகக் கொண்டு உருவாக்க வேண்டும் என்கிற அறிவுறுத்தலில், ஒரே மாதிரியான பொருளாதார பின்னணி கொண்ட 13 பெண்கள் இதில் இணைந்து நடத்தியுள்ளனர்.

"முக்கியமா எங்க பிள்ளைங்கள படிக்க வைக்க தான் இந்த குழுவ ஆரம்பிச்சோம். தையல் பயிற்சி, பினாயில் தயாரிப்பு இப்படி குழு மூலமா இலவச பயிற்சிகள் கிடைத்தது அதை வைத்து ஒவ்வொருவரும் வேலைக்கு போனோம், தொழில் தொடங்கினோம்." என்று ரேணுகா பேசினார்.

## 'மாறியது பெயர் மட்டுமே, நாங்களல்ல!'

"2017 ஆம் ஆண்டில், குழு அழியும் சூழல், குழு ஆரம்பித்து 17 ஆண்டுகளில் உதவியா இருந்தாலும், மிகப் பெரிய முன்னேற்றத்த அடைய முடியாத நிலை. குழு உறுப்பினர்கள் சிலருக்கு வயசும் அதிகமாகி விடுபட்டாங்க. அதுல குழுவின் ஊக்குநரும் ஒருத்தங்க.

இப்படி பல காரணங்களால் எங்க பழைய குழு கலைய, சோனியா காந்தி குழுவைத் தொடங்கினோம். குழுவின் பெயர்தான் மாறியதே தவிர நாங்க மாறல, அந்த குழுவில்

இருந்த எல்லாரும் இதில் இணைந்துவிட்டோம்" என்று நடந்த நிகழ்வுகளை எடுத்துரைத்தார் ஷாமலா, குழுவின் பிரதிநிதி.

எப்படி இத்தனை ஆண்டுகள் இந்த குழுவை நடத்த முடிந்தது என்று கேட்ட போது, "எங்க குழுவோட சிறப்பம்சமே அது தான், குழு ஆரம்பத்துல இருந்தவங்க வயசு அதிகமாகி விடுபடும் போது, அவங்க பொண்ணு, மருமகனு வேற ஒருத்தங்க இதுல சேர்ந்திடுவாங்க. பல தலைமுறைகள் இதில் இருக்க, இளம் சிந்தனைகளும் எங்கள் அனுபவமும் சேர்ந்ததால்தான் 25 ஆண்டுகளை நிறைவு செய்ய முடிந்தது" என்று ரேணுகா பெருமிதத்தோடு கூறினார்.

அழிந்துவிடும் என்று எண்ணிய குழு மீண்டெழுந்தால் பெருமிதம் இருக்காதா என்ன?

## 'பாங்க் கூட போக தெரியாது, இப்போ சுய தொழில் செய்கிறேன்'

சுய உதவிக் குழுவால் தனது வாழ்க்கை மாறிய அனுபவத்தைப் பகிர்கிறார் மகாதேவி, குழுவின் உறுப்பினர். "குழுவில் சேரும் போது எனக்கு 26 வயசு, மூணாவது பொண்ணு வயித்துல இருந்துச்சு. இப்போ என்னோட 3 பொண்ணுங்களுக்கும் கல்யாணமே ஆகிடுச்சு. இந்த குழுவால தான் அவங்கள படிக்க வைச்சேன். சுய உதவிக் குழு தந்த தொழில் பயிற்சிக்குலாம் முன்னாடி எனக்கு எந்த தொழிலும் தெரியாது வேலையும் செய்யல, ஒரு பாங்க் போக தெரியாது, கிண்டி (சென்னையில் ஓர் பகுதி) ஒரு இடம் இருக்கறது கூட எனக்கு தெரியாது ஆனா இப்போ சுயமா தையல் இயந்திரம் இருக்கு, துணி கடைகள், நகை கடைகளுக்காக பை தைக்கும் தொழில் செய்கிறேன், ஒவ்வொரு நாளும் நல்ல வருமானம் வருது" 25 ஆண்டுகால அனுபவமும், அது அளித்த படிப்பினையின் வலிமையும் அவரின் பேச்சில் பிரதிபலித்தது.

நாங்கள் மட்டுமில்லை எங்கள் பகுதியையும் முன்னேற்றுகிறோம் என்று பெருமை தழும்ப ஷாமலா பேச தொடங்கினார். "எல்லாருமே ஏழப்பட்ட ஜனம், அன்றாட குடும்பத் தேவைக்குத் தண்டல் வாங்கிட்டு இருந்தோம். இப்போ கடந்த 5 ஆண்டுகளா எங்க யாருக்கும் கடனே இல்லை. நாங்க ஒற்றுமையா இருந்து, எல்லா பயிற்சிக்கும் போனோம், எங்கள வளர்த்துகிட்டோம். இப்போ எங்க இருப்பிடத்த வளர்க்கறோம். எங்க ஜனத்துக்கு கல்வி, மருத்துவம் குறித்து விழிப்புணர்வு தருகிறோம்" என்று கூறினார்.

## 5 ஆண்டுகள் 60 லட்சம்

இத்தனை ஆண்டுகளின் உழைப்பின் எதிரொலியாக 'மணிமேகலை விருது' கிடைத்தது குறித்து பேசுகையில், "'மணிமேகலை விருது' கிடைத்தது பெரும் மகிழ்ச்சி. முன்ன எங்களுக்கு ஒழுங்கான வழிகாட்டுதல் இல்ல இப்போ எங்க 'சமூக வள நபர்' (Community Resource Person) ஜீனத் அவர்கள் வழிகாட்ட எங்களுக்கு உதவியாக இருந்தது" என்று மகாதேவி சொல்ல, அருகே இருந்த ஜீனத்திடம் பேசினோம். "இந்த குழு ரொம்ப ஆச்சரியகரமான ஒரு குழு. 2020 ஆம் ஆண்டில் முதல் ரூ.20 லட்ச கடன் கிடைத்தது. கொரோனா ஊரடங்கின் போதுகூட 10 மாதத்தில் கடனை அடைத்தார்கள்.

அதை தொடர்ந்து, இந்த 5 ஆண்டுகளில் ரூ.60 லட்சம் வரை கடன் வாங்கி மீண்டும் செலுத்தியுள்ளார்கள். 2017- ல் ரூ.50 சேமிப்பு, ரூ.5 ஆயிரம் உள்கடனில் தொடங்கி இப்போது ரூ.500 சேமிப்பு, ரூ.80 ஆயிரம் உள்கடன் வரை உயர்ந்துள்ளார்கள். இத்தனை லட்ச குழுக்களுக்கு மத்தியில் எங்கள் குழு விருது பெற்றது எங்களுக்கு பெரு மகிழ்ச்சியே!" என்று சோனியா காந்தி குழுவின் சாதனைகளைப் பட்டியலிட்டார் ஜீனத்.

நிலைத்த ஒற்றுமை, தலைமுறை கடந்த நம்பிக்கை, சரியான திட்டமிடல் மற்றும் வழிகாட்டுதல் என்று பல நல்ல குணாம்சங்களைக் கொண்ட சோனியா காந்தி குழு சக குழுக்களுக்கு ஓர் முன்னோடி!

– ப. க. புகழ்ச்செல்வி

# முகநூலில் பணம் சம்பாதிப்பது எப்படி ?

இன்றைக்கு பலரும் முகநூல் (Facebook) தளத்தில் தாங்கள் பதிவிடும் பதிவுகள் (Content) மூலம் பணம் சம்பாதிக்கின்றனர். இது எப்படி என அறிந்துகொள்ள தொடர்ந்து வாசியுங்கள்.

நாமும் முகநூல் மூலம் சம்பாதிக்க முடியும். அதற்கு 5 வழிகள் உள்ளன. முதலில் உங்களுடைய முகநூல் பக்கத்தை தொழில்சார் பக்கமாக வைத்திருக்க வேண்டும். முதலில் உங்களுடைய முகநூல் பக்கத்தில் தொழில்முறை பயன்முறையை (Professional Mode) இயக்க வேண்டும். அதற்கு பிறகு உங்களுடைய பக்கத்தில் உள்ள நண்பர்கள் அனைவரும் உங்களை பின்தொடர்பவர்களாக (Followers) மாறிவிடுவார்கள். பின்னர் உங்களுடைய முகநூல் பக்கத்திற்கு தொழில்முறை முகப்பலகை (Professional Dashboard) என்பது வழங்கப்படும்.

## தொழில்முறை முகப்பலகை என்றால் என்ன ?

உங்களுடைய சாதாரண முகநூல் பக்கம் இதற்கு முன்னர் 5 ஆயிரம் நண்பர்களை கொண்டிருக்கும். 5 ஆயிரம் பேருக்கு மேல் உங்களால் நண்பர்களை இணைக்க முடியாது. ஆனால் இப்போது புதிதாக வந்திருக்கும் தொழில்முறை பக்கத்தை நீங்கள் இயக்கும்போது உங்களின் நண்பர்கள் பின்தொடர்பாளர்களாக மாறுவதோடு மட்டுமல்லாமல் உங்களின் பதிவுகள் எத்தனை பேரை சென்றடைந்திருக்கிறது என்பதை நீங்கள் தரவுகளாகப் பார்க்க முடியும். அதே போல் தொழில்முறை முகப்பலகை மூலம் ஒரு மாதத்திற்கு எத்தனை பேரை உங்கள் பதிவுகள் சென்றடைந்துள்ளது, உங்கள் பின்தொடர்பாளர்களில் எத்தனை சதவீதம் ஆண்கள், பெண்கள் இருக்கிறார்கள், எந்தெந்த ஊர்களில், நாடுகளில் இருக்கிறார்கள் என்பதை நீங்கள் தரவுகளாகப் பார்க்கலாம்.

## நட்சத்திரம்

முகநூல் நட்சத்திரம் என்பது உங்களின் பின்தொடர்பாளர்கள் நீங்கள் பதிவிடும் பதிவுகள் அவர்களுக்கு பிடித்திருந்தால், முகநூல் வழங்கும் நட்சத்திரங்களை அவர்கள் பணம் செலுத்தி வாங்கிக் கொண்டு, உங்களுக்கு அதை பரிசுகளாக வழங்க முடியும். ஒவ்வொரு மாதமும் எத்தனை நட்சத்திரம் வந்திருக்கிறதோ அவற்றை கணக்கிட்டு முகநூல் உங்களுடைய வங்கிக் கணக்கில் அந்த பணத்தை செலுத்தும்.

**நாமும் முகநூல் மூலம் சம்பாதிக்க முடியும். அதற்கு 5 வழிகள் உள்ளன.**

உங்களுடைய குறுங்காணொளிகள் அதிகம் பேரால் பார்க்கப்பட்டால் இடையிடையே விளம்பரங்கள் ஒளிபரப்பாகும். அவற்றை பயனாளர்கள் பார்க்கும் போது உங்களுக்கு அதில் இருந்து பணம் வரும். அதிகம் பேர் பார்த்தால் அதிக பணம் வரும்.

### முகநூலில் பதிவிடும் போது கவனத்தில் கொள்ள வேண்டியவை

பதிவுகள் அனைத்தும் உங்களுடைய சொந்தக் கருத்துக்கள் அல்லது புகைப்படங்களாக இருக்க வேண்டும்.
குறுங்காணொளிகளில் (Reels) காப்புரிமம் உள்ள இசை (Copyright Music) இருந்தால் உங்களுக்கு வருமானம் வராது.
வேறு ஒருவருடைய காப்புரிம பதிவுகளுக்கும் (Copyright Content) பணம் வராது.
உங்களுடைய முகநூல் பக்கம் பரிந்துரைக்கும் வசதியில் (Recommended Options) பச்சை நிறத்தில் இருக்க வேண்டும்.
நீங்கள் தொடர்ந்து சொந்த உள்ளடக்கம் கொண்ட பதிவுகளைப் போட்டால் மட்டுமே உங்களுடைய முகநூல் பக்கம் அதிகம் பேருக்கு பரிந்துரைச் செய்யப்படும்.

## குறுங்காணொளி விளம்பரங்கள்

முகநூலில் நாம் பயன்படுத்தும் ஒவ்வொரு வசதியும் Surface என்று அழைக்கப்படுகிறது. ஒரு மாதத்தில் Post, Photos, reels, Stories என அனைத்து வசதிகளையும் பயன்படுத்தி பதிவுகளிட வேண்டும் என முகநூல் வலியுறுத்துகிறது. அதில் இப்போது அதிக பார்வையாளர்களைக் கவர்வது குறுங்காணொளிகள். உங்களுடைய குறுங்காணொளிகள் அதிகம் பேரால் பார்க்கப்பட்டால் அதில் இடையிடையே விளம்பரங்கள் ஒளிபரப்பாகும். அவற்றை பயனாளர்கள் பார்க்கும் போது உங்களுக்கு அதில் இருந்து பணம் வரும். அதிகம் பேர் பார்த்தால் அதிக பணம் வரும்.

## செயல் ஊக்கம்

செயல் ஊக்கம் வசதி என்பது நீங்கள் முகநூலில் பதிவிடும் பதிவுகளுக்கும், புகைப்படங்களுக்கும் பார்வைகள் அடிப்படையில் பணம் வரும். ஆனால் பதிவுகளும், புகைப்படங்களும் உங்களின் சுய உள்ளடக்கம் (Original Content) கொண்ட பதிவாக இருப்பது அவசியம்.

### முகநூலில் பணம் சம்பாதிக்க 5 வழிகள்

1. நட்சத்திரங்கள் (Stars)
2. குறுங்காணொளி விளம்பரங்கள் (Ads on Reels)
3. செயல் ஊக்கம் (Bonuses)
4. காணொளிகளுக்கிடையே விளம்பரங்கள் (In Stream Ads)
5. சந்தாக்கள் (Subscriptions)

## காணொளிகளிடையே விளம்பரங்கள்

யூடியூப் போன்று முகநூலிலும் முழு நீள காணொளியைப் பதிவிட முடியும். அக்காணொளி உங்களின் சொந்த உள்ளடக்கமாக இருக்கும் பட்சத்தில் அதிக பார்வையாளர்கள் பெறும் பட்சத்தில் அதற்கும் முகநூல் உங்களுக்கு பணம் வழங்கும்.

## சந்தா

உங்களுடைய உள்ளடக்கங்கள் புதியதாக அதே நேரம் விரும்பும் வகையில் இருந்தால் உங்களுடைய பக்கத்திற்கு சந்தா செலுத்துவார்கள். அதன் வழியே உங்களின் பிரத்யேக பதிவுகளைப் பார்க்க இயலும். ஆனால் இப்போது, தொழில்முறை பயன்பாடு கொண்ட எல்லா பக்கங்களுக்கும் இந்த சந்தா வசதியை முகநூல் வழங்குவதில்லை. குறிப்பிட்ட பதிவாளர்களுக்கு (Creators) மட்டும் இந்த வசதியை அறிமுகப்படுத்தி உள்ளது. முகநூலில் இருந்து சந்தா அழைப்பு (Invitation) வரும் போது இந்த வசதியை நீங்கள் பயன்படுத்த முடியும்.

## இந்த வசதிகளை எப்படி பயன்படுத்துவது ?

முகநூல் பக்கத்தைத் தொடங்கிய உடனேயே இந்த வசதிகளை பயன்படுத்த முடியாது. முதலில் உங்களுடைய பக்கத்தில் சொந்த உள்ளடக்கம் கொண்ட பதிவுகளைத் தொடர்ந்து பதிவிட வேண்டும். ஒரு மாதத்தில் அனைத்து வசதிகளையும் (Surface) தொடர்ந்து பயன்படுத்த வேண்டும். தொழில்முறை முகப்பலகையில் பணமீட்டும் கருவிகள் (Monetization Tools) என்ற ஒரு வசதி இருக்கும். உங்களுடைய பக்கத்தின் தரம் மற்றும் பின்தொடர்பாளர்களுக்கு ஏற்ப சில குறிப்பிட்ட கால இடைவெளிக்கு பிறகு உங்களுக்கு ஒவ்வொரு வசதியாக பயன்படுத்த (Enable) அறிமுகம் செய்யும். அதுவரை பொறுமையாக தொடர்ந்து பதிவிட வேண்டும்.

## வங்கிக்கணக்கை முகநூல் கணக்கோடு இணைத்தல்

உங்களுக்கு தொழில்முறை முகப்பலகை வசதி வந்ததும் குறிப்பிட்ட கால இடைவெளியில் முகநூல் கணக்கோடு உங்களுடைய வங்கிக்கணக்கை இணைக்கச் சொல்லி கேட்கும். அப்போது உங்களுடைய PAN விவரங்கள் கொடுத்து இணைக்க வேண்டும். நட்சத்திரம், செயல் ஊக்கம் உள்ளிட்ட ஒவ்வொரு வசதிகள் மூலம் உங்களுக்கு வருமானம் வரும் போது பணமீட்டும் கருவிகள் என்ற பக்கத்தில் உங்களுடைய வருமானக்கணக்கை நீங்கள் பார்வையிடலாம். முதலில் 100 டாலர்கள் முகநூல் கணக்கில் சேர்ந்த பின்னரே உங்களுடைய வங்கிக்கணக்கிற்கு பணம் வந்து சேரும்.

அடுத்த இதழில் இன்ஸ்டாகிராம் மார்க்கெட்டிங் (Instagram Marketing) பற்றி பார்க்கலாம்.

**– ஹேமா ராகேஷ்**

# சரியோ தவறோ முயன்று பாருங்கள்!

பிரியங்கா பழனிசாமி

*ஒரு சிறிய விதை இன்று விருட்சமாகி வளர்வதைப் பார்க்கும் வாய்ப்பு எல்லோருக்கும் சாத்தியமாகும், ஆண்டுக்கு 2.8 கோடி ரூபாய் டர்ன் ஓவர். மிகப்பெரிய அளவில் தொழிற்சாலைக்குப் பின்னால் உழைப்பும் சரியான திட்டமிடலும் இருந்ததால் தான் சாத்தியமானது என்கிறார் திருப்பூர் J & JP ஆடை தொழிற்சாலையின் உரிமையாளர்* ***பிரியங்கா பழனிசாமி****. நமது முற்றம் இதழுக்காக அவருடன் கலந்துரையாடினோம்.*

**உங்களைப்பற்றி கொஞ்சம் தெரிந்துகொள்ளலாமா..?**

நான் திருப்பூர், படிச்சது முதுநிலை மருத்துவ ஊட்டச்சத்து மற்றும் உணவுமுறை (Clinical Nutrition and Dietetics). படிச்ச கல்லூரியிலேயே ஆசையாய் உதவி விரிவுரையாளராகப் பணியில் சேர்ந்தேன். மனத்துக்குப்பிடித்த வேலை ஆனா குடும்ப சூழ்நிலை, அப்பாவுக்கு உதவ வேண்டிய தருணம் இதெல்லாம் கருத்தில் கொண்டு வேலையோடு சேர்த்து திருப்பூர் ஆடை தொழிற்சாலையில் கிடைக்கும் ஆடைகளை விற்பதற்காக முகநூலில் பதிவேற்றி வந்தேன். இப்படித்தான் என்னுடைய இந்தப் பயணம் தொடங்கியது.

**பெரிய பொருளாதார பின்புலம் இல்லாமல் இந்த பயணம் சாத்தியமானது எப்படி?**

2016இல் சமூக வலைதள ஷாப்பிங் பெரிதாக வளராத காலம். சில பெரிய கம்பெனிகள் மட்டுமே அவர்களுடைய தளங்களில் ஆடைகளை விற்பனை செய்து கொண்டிருந்தார்கள். இங்கு திருப்பூரில் திரும்பிய பக்கமெல்லாம் ஆயத்த ஆடைத் தொழிற்சாலைகள் சிறியதும் பெரியதுமாக இருக்கும். அங்கே சென்று எனக்கு தேவையான சில ஆடைகளின் புகைப்படங்களை எடுத்து அதை என்னுடைய முகநூலில் பதிவிட்டு வந்தேன். தேவைப்படுவோர் முகநூலிலேயே ஆர்டர் செய்வார்கள். எனக்கு ஒரு சிறிய கமிஷன் வைத்துக்கொண்டு விற்பனையைத் தொடங்கினேன். அவர்கள் அனுப்பும் காசை எடுத்துக்கொண்டு போய், கடை உரிமையாளரிடம் கொடுத்துவிட்டு, கஸ்டமருக்கு ஆடையை கொரியர் செய்துவிட்டு எனக்கான கமிஷன் தொகையை வைத்துக்கொண்டு,

தொடர்ந்து முகநூலில் ஆடைகளின் படத்தைப் பகிர்ந்து வந்தேன்.

**என்ன மாதிரியான ஆடைகள் விற்பனை உங்களுக்கு கைகொடுத்தது?**

தொடக்கத்தில் டீ– சர்ட், பனியன், கால் சட்டை, குழந்தைகள் ஆடைகள் இதைத்தான் விற்பனை செய்து வந்தேன். ஏனெனில் இது இருபாலரும் பயன்படுத்தும் விதத்தில் இருப்பதால் எனக்கு வேலை கொஞ்சம் சுலபமாகவே இருந்தது.

தரம் தான் முதல் விஷயம். எனக்கு எப்படி தரமான துணிகளை பார்த்துப் பார்த்து தேர்ந்தெடுப்பேனோ, அப்படித்தான் என்னுடைய வாடிக்கையாளர்களுக்கும் தேடித்தேடி ஆடைகளைத் தேர்ந்தெடுத்தேன். சரியான அளவு, நிறம் இதையெல்லாம் மீண்டும் மீண்டும் சரிபார்த்து தான் ஆடைகளை கொரியர் அனுப்புவேன். அதனால் ஆன் லைன் வியாபாரம் என்றாலும் பெரிதாக பிரச்சனைகள் வந்ததில்லை.

**தொழிலில் நீங்கள் பார்த்த முதல் வளர்ச்சி எப்போது..?**

என்னுடைய வாடிக்கையாளர்கள் பெரும்பாலும் வீட்டில் இருக்கும் பெண்கள் தான். அவர்கள் என்னிடம் வாங்கும் ஆடைகளை தங்களுக்குத் தெரிந்தவர்களுக்கும் வாட்சப் வாயிலாக மறுவிற்பனை செய்து வந்தார்கள். இப்படி சின்ன சின்ன குழுக்களாக நிறைய பேர் எங்களிடம் வாங்கிய ஆடைகளை மறுவிற்பனை செய்துவந்தது எங்களின் வளர்ச்சிக்கு மிகப்பெரிய வெற்றியைக் கொண்டு வந்தது. அதனால் நாங்களும் வாட்சப்பில் விற்பனையை நேரடியாகத் தொடங்கினோம்.

**சொந்தமாக தொழிற்சாலை அமைத்தது எப்படி?**

நாட்கள் செல்ல செல்ல வாடிக்கையாளர்களின் தேவைகளுக்கேற்ப வித விதமாக ஆடைகள் கொடுக்க வேண்டிய சூழ்நிலை எற்பட்டது. ஏற்கனவே இருக்கும் ஆடை டிசைன்கள் வாடிக்கையாளர்களுக்கு திருப்தியைக் கொடுக்கவில்லை. அதனால் வாடிக்கையாளர்களின் தேவையைப் பூர்த்தி செய்ய சொந்தமாக ஒரு தொழிற்சாலை அமைக்க வேண்டும் என்ற முடிவுக்கு வந்து, வங்கியில் லோன் வாங்கி என்னுடைய முதல் தொழிற்சாலையைக் கட்டமைத்தேன்.

மற்ற தொழில்கள் கொரோனா காலத்தில் பாதிக்கப்பட்டன. ஆனால் அந்த நேரத்தில் தான் எங்களுக்கு அதிக அளவு ஆர்டர்கள் வந்தன. தொடக்கத்தில் சில நாட்கள் மட்டும் செயல்பட முடியாமல் இருந்தது. அதன்பிறகு மாஸ்க் ஆர்டர்கள் எல்லாம் பெரிய பெரிய அளவில் வரத்தொடங்கின. சொந்தமாக தொழிற்சாலை இருந்ததால் பெரிய பெரிய ஆர்டர்களை எல்லாம் எங்களால் சமாளிக்க முடிந்தது.

**உங்களின் இந்த பயணத்துக்கு மிகப்பெரிய உதவியாக இருந்தது எது?**

தொழில்நுட்பம் தான். நம்மிடம் இருக்கும் தொழில்நுட்பத்தை நாம் எப்படி பயன்படுத்துகிறோம் என்பதில் தான் எல்லாமே இருக்கிறது. முதலில்

> “ஆண்டுக்கு **2.8** கோடி ரூபாய் டர்ன் ஓவர் செய்திருக்கிறோம்”

சாதாரணமாக முகநூலில் பதிவிட்ட நான், அடுத்தபடியாக ஒரு வெப்சைட் தொடங்கி அதில் விற்பனையைத் தொடங்கினேன். எனக்கு தெரிந்த வரை, என்னிடம் இருந்த பட்ஜெட்டைக் கொண்டு சிறிய அளவில் அந்த வெப்சைட் தொடங்கப்பட்டதால், ஒரே சமயத்தில் அதிகம் பேர் வந்து ஆர்டர் செய்ய முடியாமல் போனது. அதனால் வாட்ஸாப்பில் கொஞ்சம் விற்பனையை விரிவுப்படுத்தினோம். அதே சமயம் வெப்சைட்டை பலப்படுத்தி காலத்துக்கு தகுந்தாற்போல் சமூக வலைத்தளத்தில் தொடர்ச்சியாக விற்பனையை அதிகப்படுத்தி வருகிறோம்.

**இப்போது எத்தனை பேர் உங்களிடம் பணிபுரிகிறார்கள்?**

மொத்தம் 62 பேர். ஒரு தொழிற்சாலையில் மொத்தம் மூன்று யூனிட் உள்ளது. முதல் யூனிட் 3000 சதுர அடியிலும், இரண்டாவது யூனிட் 2000 சதுர அடியிலும், மூன்றாவது பிரிண்டிங் செய்வதற்காகவே பிரத்யேகமாக தொடங்கப்பட்டது. அது 1020 சதுர அடியிலும் உள்ளது. இன்றைய இளைஞர்களை கவரும் வகையில் விதவிதமான டிசைன்கள் செய்து அதை டீ –சர்ட்டுகளில் பிரிண்ட் செய்ய ஏதுவாக 2023இல் இந்த யூனிட் தொடங்கப்பட்டது. ஓர் ஆடை தயாரித்து அதை வாடிக்கையாளர்களுக்கு அனுப்புவது வரை அத்தனை வேலைகளும் இந்த தொழிற்சாலையில் தான் நடக்கிறது. கடந்த ஆண்டு மட்டும் 2.8 கோடி ரூபாய் டர்ன் ஓவர் செய்திருக்கிறோம்.

**கடந்து வந்த பாதையை எண்ணும் போது எப்படி இருக்கிறது?**

ரொம்பவே மகிழ்ச்சி. சம்பளத்துக்கு வேலைக்கு போனது ஒரு அனுபவம் என்றால் சுயமாக பலருக்கும் வேலை கொடுக்கும்படி வளர்ந்திருப்பது இன்னொரு வகையான அனுபவம். ஆரம்பத்தில் ஒரு போட்டோ எடுக்க ஆடை உற்பத்தி செய்யும் தொழிற்சாலைக்கு செல்லும் போதும் எனக்கு துணையாக அம்மா கூடவே வருவார். இன்று என்னிடம் ஒரு தொழிற்சாலை இருப்பதை பார்த்து பெற்றோர் பெருமைப்படுகிறார்கள். அதேபோல் என்னிடம் ஆடைகளை வாங்கி அதை மறுவிற்பனை செய்யும் பெண்கள் பலரும், தங்களால் முடிந்தவரை லாபம் ஈட்டி வருகிறார்கள். குடும்பத்தினர் உதாசீனப்படுத்தினாலும் இன்று சொந்தக்காலில் நின்று சாதித்ததை என்னிடம் சொல்லி பெருமைப்படுகிறார்கள். இதெல்லாம் எனக்கு மனநிறைவைக் கொடுக்கிறது. நாம் ஒரு தொழில் செய்தாலும் அதனால் பலரும் பலன் அடைகிறார்கள் என்பது எனக்கு மகிழ்ச்சியே.

**உங்களைப்போல் தொழில் துவங்க நினைக்கும் பலருக்கும் உங்களின் அறிவுரை என்ன?**

நமக்குள் ஒரு திட்டம் இருக்கும். இதை தொழிலாக செய்தால் சரியாக இருக்கும் என்ற எண்ணம் நமக்கு இருக்கும். ஆனால் இதே நினைப்பு மற்றவர்களுக்கு இருக்காது. மற்றவர்கள் உங்கள் ஐடியாவை ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும் என்று நினைக்காதீர்கள். தவறோ சரியோ அதை நாம் முயன்று பார்க்க வேண்டும். வெற்றி வந்தால் அதில் நிலைத்து நிற்க என்ன செய்ய வேண்டுமோ அதை செய்யலாம், ஒருவேளை அது தோல்வி அடைந்தால் அதில் இருந்து பாடம் கற்றுக்கொண்டு நாம் நம்முடைய இலக்கை நோக்கி இடைவிடாமல் செயல்பட வேண்டும். தைரியமா செயல் படுவதுதான் எல்லாம்!

– **லோகேஷ்வரி இளங்கோவன்**

# வணிகம் வளர்க்க

**நவக்காடு வெல்லம் உற்பத்தியாளர் குழு,**
ஊத்துக்குளி, திருப்பூர் மாவட்டம்
கைபேசி : 99524 70292
பனை மற்றும் தேங்காய் வெல்லம்

**புதுப்பை விசைத்தறியாளர் குழு**
வெள்ளக்கோவில்,
திருப்பூர் மாவட்டம்
கைபேசி : 63800 16146
படுக்கை விரிப்புகள் மற்றும் துண்டுகள்

**செல்வ கணபதி சுய உதவிக் குழு**
திருவண்ணாமலை மாவட்டம்.
கைபேசி : 88700 67815

கற்சிற்பங்கள்

**ஜவ்வாது மலை விவசாயிகள் குழு,**
ஜவ்வாது மலை,
திருவண்ணாமலை மாவட்டம்.
கைபேசி : 99447 43075, 81110 06220
தரமான தேன், சிறுதானியங்கள், புளி, மிளகு மற்றும் சணல் பைகள்

**முத்து மாரியம்மன் மகளிர் சுய உதவிக் குழு**
திருவண்ணாமலை மாவட்டம்.
கைபேசி : 97914 27193
பட்டுப் புடவைகள், பட்டு நூல் வளையல்கள் மற்றும் காதணிகள்

**பசுமை சிறகுகள் மகளிர் உதவிக் குழு**
நீலகிரி மாவட்டம்
கைபேசி : 96005 15588
தரமான தேயிலை மற்றும் உடனடி காபித் தூள் வகைகள்

மகளிர் சுய உதவிக் குழுவை மேலும் வளர்க்க எண்ணுவோர், தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனம் சார்பில் இயங்கும் 'மதி சந்தை' (www.mathisandhai.com) எனும் வலைதளம் வழியே பொருட்களை வாங்கலாம்.

## வாழை நார் மதிப்புக்கூட்டல்:

# புதிய வருமானத்திற்கான பாதை!

வாழை நார் வாழை நார் கைவினைப் பொருட்கள் தயாரிப்பு இன்று மீண்டும் புத்துயிர் பெற்று வருகிறது. குறிப்பாக, வாழை நாரில் இருந்து கூடைகள் தயாரிப்பது ஒரு லாபகரமான தொழிலாக மாறியுள்ளது. இந்த கட்டுரையில் வாழை நார் கூடை தயாரிப்பின் அனைத்து அம்சங்களையும் விரிவாக காண்போம்.

வாழை அறுவடை முடிந்த பிறகு, வாழை மரங்கள் பெரும்பாலும் விவசாயிகளால் கழிவாகக் கருதப்படுகின்றன. இது தான் வாழை நார் மதிப்புக்கூட்டல் தொழிலின் மூலப்பொருள். இந்த கழிவுகளை மிகக் குறைந்த விலையில் வாங்கலாம் அல்லது நல்ல உறவுகள் இருந்தால் விலையில்லாமலும் பெற முடியும். சுய உதவிக்குழுக்கள் உள்ளூர் வாழை விவசாயிகள் அல்லது வாழை வியாபாரிகளுடன் நெருங்கிய தொடர்பைப் பேணுவது பயனுள்ளதாக இருக்கும். பெரிய அளவில் வாழை வியாபாரம் செய்யும் வணிகர்களுடன் தொடர்பு கொண்டால், தொடர்ச்சியாக மூலப்பொருட்களைப் பெற முடியும்.

### வாழை நார் சேகரிப்பு மற்றும் தயார்படுத்துதல்

வாழை மரம் அறுவடை செய்த பிறகு, அதன் தண்டுகளில் இருந்து நார்களை பிரித்தெடுப்பதே முதல் படியாகும். இந்த செயல்முறைக்கு தற்போது "எக்ஸ்ட்ராக்ஷன் மெஷின்" (Extraction Machine) என்ற நவீன இயந்திரங்கள் தமிழகம் முழுவதும் கிடைக்கின்றன. இந்த இயந்திரங்களின் விலை ரூ.75 ஆயிரம் முதல் ரூ.5.5 லட்சம் வரை மாறுபடும். இந்த இயந்திரங்கள் வாழைத் தண்டில் இருந்து நார்களை விரைவாகவும் திறமையாகவும் பிரித்தெடுக்க உதவுகின்றன.

இந்த நார் பிரித்தெடுக்கும் இயந்திரங்கள் தமிழகத்தின் கோயம்புத்தூர், திருச்சி, மதுரை, தஞ்சாவூர் போன்ற விவசாய மையங்களில் அதிகமாகக் கிடைக்கின்றன. பல அரசு வேளாண் துறை அலுவலகங்களிலும் இந்த இயந்திரங்களைப் பற்றிய தகவல்கள் கிடைக்கின்றன.

நார்களை பிரித்தெடுத்த பின்னர், அதனை வைத்து கையால் கூடை பின்னுவதே ஒவ்வொரு நிலையிலும் தர கட்டுப்பாட்டை கடைபிடிப்பது மிக முக்கியம். நார்களின் தரம், பின்னல் வேலைப்பாடு, முடிவுறுத்தல் என அனைத்திலும் உயர் தரத்தை பராமரிக்க வேண்டும். இதன் மூலம் மட்டுமே நிலையான வாடிக்கையாளர்களைப் பெற முடியும். வாழை நார் தொழிலை விரிவுபடுத்தி அதிக லாபம் ஈட்டுவதற்கான பல வாய்ப்புகள் உள்ளன. இத்தொழிலில் அடிப்படை உற்பத்தியாக வாழை நார் கூடைகள், கால்மிதிகள் மற்றும் வாழை மரத்திலிருந்து தட்டுகள் போன்றவற்றை தயாரிக்கலாம். இந்த அடிப்படை தயாரிப்புகள் மூலம் சிறிய அளவில் தொழிலை தொடங்கி, படிப்படியாக வளர்த்து கொள்ளலாம்.

### கூடை பின்னுதல்

- கூடையின் அடிப்பகுதியை வடிவமைக்க வேண்டும்.
- வலுவான நார்களை தேர்வு செய்ய வேண்டும்.
- படிப்படியாக மேல்நோக்கி பின்னி வர வேண்டும்.
- கூடையின் வடிவத்திற்கு ஏற்ப நார்களைக் கோர்த்து பின்ன வேண்டும்.
- கூடையின் விளிம்புகளை நேர்த்தியாக முடிக்க வேண்டும்.
- கூடை பின்னி முடிந்த பின், அதன் விளிம்புகளை சீராக்க வேண்டும்.
- தேவைப்பட்டால் கூடுதல் அலங்காரங்களை சேர்க்கலாம்.
- கூடையின் வலிமையை சோதித்து, எந்த குறைபாடு களும் இல்லை என்பதை உறுதி செய்ய வேண்டும்.

### உற்பத்தியை விரிவுபடுத்த

மேலும் உற்பத்தியை விரிவு படுத்த விரும்புவோர், நெசவு இயந்திரம் மூலம் வாழை நாரிலிருந்து துணி தயாரித்து, 19 அங்குல அளவுள்ள ரோல் வடிவில் மாட் போன்றவற்றை உற்பத்தி செய்யலாம். இதற்கான நெசவு இயந்திரத்தின் விலை ரூ.40 ஆயிரம் முதல் தொடங்குகிறது. இந்த நெசவு இயந்திரம் மூலம் உற்பத்தி செய்யப்படும் துணி தரமான, நீண்ட நாள் உழைக்கக்கூடிய வகையில் இருக்கும். தையல் இயந்திரம் மூலம் கைப்பை, பணப்பை மற்றும் பல்வேறு அலங்காரப் பொருட்களை தயாரிக்க முடியும். தையல் இயந்திரத்தின் விலை

ரூ.35 ஆயிரம் முதல் தொடங்குகிறது. ஒரு வெற்றிகரமான தொழில் முனைவுக்கு, ஒரு நார் பிரித்தெடுக்கும் இயந்திரம், இரண்டு நெசவு இயந்திரங்கள் மற்றும் ஒரு தையல் இயந்திரம் தேவைப்படுகிறது. இந்த அடிப்படை உள்கட்டமைப்பு மூலம் உற்பத்தியை திறம்பட மேற்கொள்ள முடியும்.

## விற்பனை விலை மற்றும் லாபக் கணக்கீடு

இந்த தொழிலுக்கு, 600 சதுரடி இருக்கும் சிறிய அறையே போதுமானது, இதுவும் மூலப்பொருட்களை சேகரித்து வைக்கவும், தயாரித்த கூடைகளைப் பாதுகாப்பாக வைக்கவும் தேவைப்படுகிறது. ஒரு வாழை நார் கூடையின் அடக்க விலை தோராயமாக ரூ.200, கைப்பை ரூ.500, பணப்பை ரூ. 350 என்ற நிலையில் (ஆட்களின் கூலி, வாடகை வைத்து மாறுபடலாம்), சந்தையில் கூடையின் விலை ரூ500-600 வரையிலும் விற்கப்படுகிறது. அதே போல், கைப்பை சுமார் 700-1000 ரூபாய் வரை அதன் அளவு மற்றும் அலங்காரத்திற்கேற்ப விற்கப்படுகிறது. ஒரு குழு மாதத்திற்கு 100 கூடைகள் தயாரித்தால், மாத இலாபம் ரூ.30 ஆயிரம் முதல் 40 ஆயிரம் வரை ஆகும் மேலும் 50 கைப்பை தயாரித்தால், தோராயமாக ரூ.25 ஆயிரம் முதல் ரூ.50 ஆயிரம் வரை லாபம் தருகிறது. இது சுய உதவிக்குழுக்களுக்கு நல்ல வருமானத்தை உறுதி செய்கிறது. கவனிக்க வேண்டிய முக்கிய விஷயம், ஒரு கூடையை முழுமையாக தயாரிக்க ஒரு நபருக்கு சராசரியாக 3-4 மணி நேரம் ஆகும். எனவே, பெரிய அளவில் உற்பத்தி செய்ய விரும்பும் குழுக்கள் போதுமான உறுப்பினர்களைக் கொண்டிருக்க வேண்டும். தேவைக்கேற்ப உற்பத்தியை அதிகரிக்கவோ குறைக்கவோ முடியும், மேலும் வீட்டிலிருந்தே செய்யக்கூடிய தொழிலாகவும் இது அமைவது கூடுதல்

## சிறப்பு

விற்பனை முறைகளைப் பொறுத்தவரை, நேரடி விற்பனைக்கு கடைகள் அமைத்தல், கண்காட்சிகளில் பங்கேற்றல் போன்றவை முக்கியம். இணைய சந்தை தளங்களில் அல்லது சொந்த வலைதளம் மூலம் ஆன்லைன் விற்பனை செய்யலாம். பெரிய கடைகளுக்கு மொத்த விற்பனை செய்வதோடு, ஏற்றுமதி வாய்ப்புகளையும் ஆராயலாம். சின்னமனூரைச் சேர்ந்த பாரதி சுயஉதவிக்குழு இதில் சிறப்பாக செயல்பட்டு வருகின்றனர்.

வாழைக் கழிவுகளை மறுசுழற்சி செய்வதன் மூலம், விவசாயிகளுக்கு கூடுதல் வருமானம் கிடைப்பதோடு, சுற்றுச்சூழலுக்கும் பெரும் நன்மை கிடைக்கிறது. கழிவாகக் கருதப்படும் பொருள் மதிப்புமிக்க பொருளாக மாற்றப்படுவது, இன்றைய சுற்றுச்சூழல் பாதுகாப்பு முயற்சிகளுக்கு ஏற்ற ஒரு சிறந்த உதாரணமாகும்.

**– க. ஸ்ரீநிதி**

> “சுய உதவிக் குழுக்கள் உள்ளூர் வாழை விவசாயிகள் அல்லது வாழை வியாபாரிகளுடன் நெருங்கிய தொடர்பைப் பேணுவது மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கும்.”

# கடன் செயலி எனும் அபாயம்!

அன்பான தோழிகளே,

'கடன்' பலரின் வாழ்வில் இன்றியமையாத ஒன்றாக மாறிவிட்டது. உடனடி தேவை வரும்போது உறவினர்கள் நண்பர்கள் என்று கடன் வாங்குவதற்கு முயற்சிப்போம். கிடைக்கவில்லை எனில் கந்து வட்டி என்ற கொடுமைக்குள் சிக்கித்தவித்த பல கதை உண்டு . இன்று பெரும்பாலும் அக்கொடுமைகள் அரசின் சீரிய முயற்சியால் தடுக்கப்பட்டுள்ளன . ஆனால், கடன் செயலி என்ற பெயரில் , கந்து வட்டிக் கொடுமைகளைத் தாண்டி பெருங்கொடுமை நிகழ்கிறது .

அப்படி கடன் வாங்கிய ஒருவரின் கதை இதோ!

பெங்களூரில் தங்கி பொறியியல் படிப்பு படித்து வந்தான் 22 வயதான தேஜஸ். எப்போதும் சத்தம் கேட்கும் அந்த வீட்டில் இரண்டு நாட்களாக அமைதியே நிலவியது, மெல்ல மெல்ல துர்நாற்றம் வீட்டைத் தாண்டி வெளியே வீசத் தொடங்கியது. காவல்துறை யினர் விரைந்தனர். கதவை உடைத்துப் பார்த்தால், இரு கால்கள் அந்தரத்தில் தொங்கிக் கொண்டிருக்கின்றன. குடும்பம் அவருக்காக 'அலறிய சத்தம்' எவர் மனதையும் உடைக்கும் !.

தனது உறவினரிடம் வாங்கிய கடனை அடைக்க மொபைல் செயலி மூலம் ரூ.30 ஆயிரம் கடன் பெற்றுள்ளான். அது வட்டியோட சேர்த்து ரூ. 45 ஆயிரமாக காட்டச் சொல்லி, "ஏண்டா காசு வாங்கினா திருப்பி கட்ட வக்கில்லாத நீ எதுக்கு காசு வாங்கற ? உன் போட்டோ உன் குடும்பம் பிரெண்ட்ஸ் லவ்வர்னு எல்லார் போட்டோவும் நம்பரும் எங்ககிட்ட இருக்கு. அதுல உன்னோட அந்தரங்க போட்டோ இருக்கே ஞாபகம் இருக்கா? எல்லாருக்கும் அத அனுப்பவா ?" இவ்வாறு அந்த செயலியின் மூலம் மிரட்டல்கள் வந்தவண்ணம் இருந்துள்ளது. "ஒரு சில நேரம் எங்களுக்கும் உறவினர்களுக்கும் அவனின்அந்தரங்க புகைப்படம் வந்ததுண்டு. நாங்கள் உடனடியாக அதை நீக்கிவிடுவோம்" என்று அவனின் தந்தை சொன்னது எவ்வளவு பெரிய துயரம் என உணர முடிகிறதா ?

இது போல் நடந்த உளவியல் தாக்குதல் தாங்க முடியாமல், இறுதியில் அவனது தாய் மற்றும் தந்தைக்கு மன்னிப்பு கடிதம் எழுதிவிட்டு உயிரை விடுத்துள்ளான் தேஜஸ்.

இப்படியான சூழலுக்கு உள்ளாகாமல் இருக்க இந்த கடன் செயலிகள் பற்றி நாம் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். ஏனென்றால் இது ஒருவருக்கு மட்டும் நடந்தது அல்ல

## அனுமதி தரலாமா?

இந்த கதையில் நீங்கள் கவனிக்க வேண்டிய ஒன்று ' மிக அதிக வட்டி'! முன்பின் தெரியாத யாரும் கடன் தரப்போவதில்லை. அப்படி இருக்க எங்கேயோ இருக்கும் செயலி நடத்தும் ஒருவன் எதை நம்பித் தருவான்?

எவனோ தரப் போறான். திருப்பி கட்டலனா என்ன பண்ணிட முடியும் என்று

நினைத்து வாங்கி சிக்கியவரும் உண்டு .

சரி கேட்குற பணத்த கொடுத்தா முடியும் என்று நினைத்தால் அதுவும் முடியாது . வாங்கியதைவிட வட்டி அதிகமாகக் கட்டினாலும் மேலும் கடன் உள்ளது என்று மீண்டும் மிரட்டல் அழைப்புகள் வரும் .

முதலில், கடன் வாங்கிய உங்களின் நண்பர்கள் உறவினர்களின் எண்களும், புகைப்படமும் எப்படி அவர்களுக்கு கிடைகிறது என்று சிந்தித்துள்ளீர்களா?

கடன் செயலியைப் பதிவிறக்கம் செய்து அதில் உங்களின் அலைபேசி எண், அடையாள அட்டை எல்லாம் சமர்ப்பித்து அடுத்தபடியாக உங்கள் கேமரா, புகைப்பட

சேமிப்பிடம் (Gallery), தொடர்பு எண்கள், ஒலியுள்வாங்கி, இருப்பிடம், வங்கி கணக்கு விவரம் என்று அனைத்தையும் பார்ப்பதற்குப் பயன்படுத்துவதற்கு நீங்கள் தான் அனுமதி தருகிறீர்கள். அப்படிதான் நமது மொபைலில் இருக்கும் தகவல்கள் அவர்களுக்கு தெரிய வருகிறது. நீங்கள் கடனை முழுமையாக கட்டி அந்த செயலியை மொபைலில் இருந்து நீக்கினாலும் உங்களின் தகவல்களை அவர்கள் சேமித்து வைத்திருப்பார்கள்.

ஆக , முன் பின் தெரியாதவன் எதை வைத்துக் கடன் தருகிறான் என்றால், உங்கள் தகவல்களை நம்பியே. புகைப்படம், உங்கள் பெயர் , நண்பர்கள், உறவினர்கள் எண் இது போதும். இதை வைத்து உங்களை பற்றி உங்கள் நண்பர்களுக்கு என்ன வேண்டுமானாலும் அனுப்ப முடியும் தானே ? இதுவே அவர்களின் மூலதனம்.

## புற்றீசலாய்ப் பெருகும் கடன் செயலிகள்

இதுகுறித்து இணையவழி குற்றம் மற்றும் பாதுகாப்பு தொடர்பாக செயல்படும் சமூக ஆர்வலர் திரு. வினோத் ஆறுமுகம் நம்மிடம் பேசுகையில், "முதலில் 'குறைந்த வட்டியில் கடன் வேண்டுமா இந்த செயலியை பதிவிறக்கம் செய்யுங்கள்' என்று விளம்பர நிறுவனங்கள் மூலமாக குறுஞ்செய்திகளை அனுப்புவார்கள். யாருக்கெல்லாம் பணத் தேவை இருக்கிறதோ அவர்கள் இதை பதிவிறக்கம் செய்து இவர்களின் வலையில் விழுகிறார்கள்" என்றார்.

'பணத் தேவை எப்போதும் இருக்குமே எங்கும் கடன் வாங்காமல் எப்படி சமாளிப்பது' என்று கேட்டபோது, "முதலில் மொபைல் செயலி மூலம் கடன் வாங்குவதைத் தவிர்க்க வேண்டும். அப்படியே பணத் தேவை இருந்தால் குறைந்தபட்சம் ரிசர்வ் வங்கியால் அங்கீகரிக்கப்பட்ட NBFC எனப்படும் Non-Banking Financial Company சான்றிதழ் பெற்ற மொபைல் செயலிகள் இருக்கின்றன அதில் வாங்கலாம். இந்திய அரசு நிர்ணயித்த வட்டி சதவீதம் தான் இவர்களும் வசூலிப்பார்கள்" என்றுரைத்தார்.

சுய உதவிக் குழுக்கள் பல பெண்களை கடன் தொல்லையில் இருந்து மீட்டுள்ளது என்பது என்னைவிட உங்களுக்கு நன்றாக தெரியும். உங்கள் குடும்பம் மற்றும் சுற்றத்திலும் கடன் செயலியின் ஆபத்துகளை எடுத்து சொல்லுங்கள்.

ஒரு வேளை, நீங்கள் கடன் வாங்கி அதை திரும்ப கேட்க உங்களிடம் ஆபாசமாக பேசினாலோ புகைப்படங்களை பிறருக்கு அனுப்பினாலோ காவல்துறையில் புகார ளியுங்கள், தைரியமாக அந்த மிரட்டல்களை எதிர்கொள்ளுங்கள். நாம் கடன் தான் வாங்கினோமே தவிர நம்மையும் நமது தன்மானத்தையும் அவர்களிடம் அடகு வைக்கவில்லை.

**– ப. க. புகழ்ச்செல்வி**

### கடன் செயலிகளின் வலையில்

- கடன் செயலிகளில் கடன் வாங்காமல் இருக்க வேண்டும்.
- அப்படியே வாங்க நினைத்தால், நீங்கள் பதிவிறக்கம் செய்த செயலி ரிசர்வ் வங்கி அங்கீகாரம் பெற்றதா என்று பாருங்கள்.
- NBFC சான்றிதழ் இருக்க வேண்டும்.
- உங்கள் கேமரா, புகைப்பட சேமிப்பிடம், தொடர்பு எண்கள், ஆவணங்கள், இருப்பிடம், ஒலியுள்வாங்கி போன்ற தேவையற்ற தரவுகளுக்கு இவர்கள் அனுமதி கேட்க கூடாது.

# அடையாளம்

ஆசிரியர் குறிப்பு

## அ. வெண்ணிலா

திருவண்ணாமலை மாவட்டம் வந்தவாசிக்கு அருகில் உள்ள அம்மையப்பட்டு என்னும் ஊரில் பிறந்தவர். கவிஞர், சிறுகதை, நாவலாசிரியர், கட்டுரையாளர் என எழுத்தில் சக வகைமைகளையும் கையாண்டவர். கவிதை, கதை மற்றும் கட்டுரைகள் என 30க்கும் மேற்பட்ட படைப்புகளை எழுதி இருக்கும் இவர் தனது எழுத்தில் வழியே பெண்ணுரிமை கருத்துக்களை மக்களிடம் கொண்டு சேர்ப்பவர். பள்ளி ஆசிரியரான இவர், தற்போது தமிழ்நாடு ஆவணக்காப்பகத்தில் உதவிப் பதிப்பாசிரியராகப் பணியாற்றி வருகிறார்.



நன்றி:
அ. வெண்ணிலா

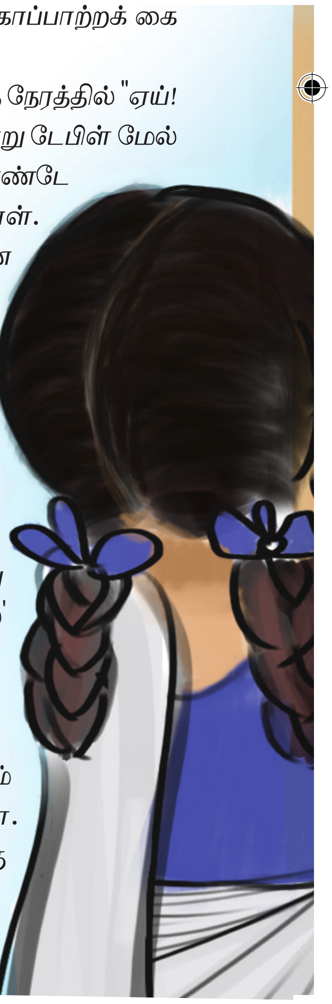
ஓவியங்கள்:
துர்கா


பத்தாம் வகுப்பு முழுப் பரீட்சைக்காகத்தான் முதன்முதலாக எங்களுக்கு 'அங்க அடையாளம்' எடுத்தார்கள். "எல்லாரும் ரெண்டு அடையாளங்கள பாத்து வெச்சுக்கோங்க. இங்க வந்து தடவிக்கினு இருக்கக் கூடாது. டிரெஸ்ஸுக்கு வெளிய இருக்கணும். முட்டியில இருக்குது, தொடையில இருக்குதுனு துணியத் தூக்கக் கூடாது" என்று கஸ்தூரி டீச்சர் குரலிலேயே பள்ளி மாணவித் தலைவி மாரியம்மாள் பத்தாம் வகுப்பின் எல்லாப் பிரிவுகளுக்கும் சொல்லிச் சென்றாள்.

எல்லாருக்கும் சிரிப்பாக வந்தது. "ஒனக்கெங்க இருக்கு... காமி" என்று எல்லாரும் அடுத்த ஆளின் அங்க அடையாளத்தையே தேடியபடி இருந்தோம். ஒருவர் உடலை மற்றொருவர் பார்ப்பதும் புதிதாக அன்றுதான் முகத்தையே பார்ப்பது மாதிரியும் வகுப்பு ஒரே சிரிப்பாக இருந்தது. "முட்டக் கண்ணைச் சொல்வாளா பச்சியம்மா?", "தெத்துப் பல்லக் காட்டுவாளா காந்தி?", "கொட மிளகா மூக்கைக் காட்டுவாளா மாலினி?" என்று அடுத்த ஆளின் அடையாளங்களை கேலிச்சித்திரங்களாக்கிச் சிரித்துக்கொண்டோம் முதல் பெஞ்ச் மாணவிகளாகிய நாங்கள். கடைசி பெஞ்சில், கூறப்படும் எங்கள் அடையாளங்களைக் கேட்கவும் கழுதைக் காதுபோல் காது நீண்டது.

"எல்லாரும் நல்லாக் கேட்டுக்கங்க. நான் திரும்பத் திரும்பச் சொல்ல மாட்டேன். அங்க அடையாளம்னா ஒடம்புல இருக்கிற மச்சம், மரு, வெட்டுத் தழும்புனு ... நம்ம ஒடம்புல மறையாததா இருக்கணுமாம். அதுவும் எல்லாரும் பார்க்கிற மாதிரி வெளியில தெரியணுமாம். ரெண்டு அடையாளம் சொல்லணுமாம். நல்லாப் பாத்து வெச்சுக்கோங்க. டிரில் டீச்சர், 'என்ன லச்சணமாடி கிளாஸ்ல சொன்னே?'னு என்னத்தான் திட்டுவாங்க... சொல்லிட்டேன்" என்று அழுத்தம்திருத்தமாகக் கத்திவிட்டு உட்கார்ந்தாள் மாரியம்மாள்.

எங்கள் பள்ளியில் மாணவித் தலைவிகளுக்கு முதல் தகுதியே ஸ்பீக்கர் தொண்டைதான். எங்களுடன் கத்திக் கத்தியே ஸ்பீக்கர் ஆகிவிட்டதாக அவர்கள் கூறுவார்கள். குரல் கனத்து ஆம்பளைக் குரல்போல் இருக்கும். ஆசிரியர்கள் பேசுவதைவிட இவர்கள்தான் அதிகம் பேச வேண்டும். ஆசிரியர்கள் மேல் உள்ள பய உணர்ச்சி அவர்களின்ஆற்றலைக் காப்பாற்றக் கை கொடுக்கும்.



ஆசிரியர்கள் இல்லாத நேரத்தில் "ஏய்! பேசாதே... பேசாதே" என்று டேபிள் மேல் கொம்பால் அடித்துக்கொண்டே இருப்பாள் மாரியம்மாள். தொண்டை வற்றிப்போன பிறகு சத்தம் வராது. உடனே, வழிமுறை மாறும். போர்டில் பெயர் எழுதத் துவங்குவாள். பேசுபவர் பெயரை எல்லாம் போர்டில் எழுதுவாள். மறுபடியும் பேசினால் பக்கத்தில் 'அடங்கவில்லை' என்று எழுதுவாள். 'அடங்கவில்லை' என்று போட்டவுடன் அந்தப் பெண்ணுக்குப் பயம் தெளிந்துவிடும். எப்படியும் கிளாஸ் டீச்சரிடம் அழைத்துப்போவார்கள். பிறகு, எதற்கு இவளுக்கு அடங்க வேண்டும் என்று அவள் தைரியமாகத் தன்

பெஞ்ச் மாணவிகளையும் பேசத் தூண்டுவாள். அவள் பேசப் பேச... அடங்கவில்லைக்குப் பக்கத்தில் மிகமிக... மிகமிக... என்று தலைவி போட்டுக்கொண்டே போவாள். அடங்காதவள் வீரதீர சாகசம் செய்தவளைப் போல் வகுப்பையே தெனாவட்டாகப் பார்ப்பாள்.

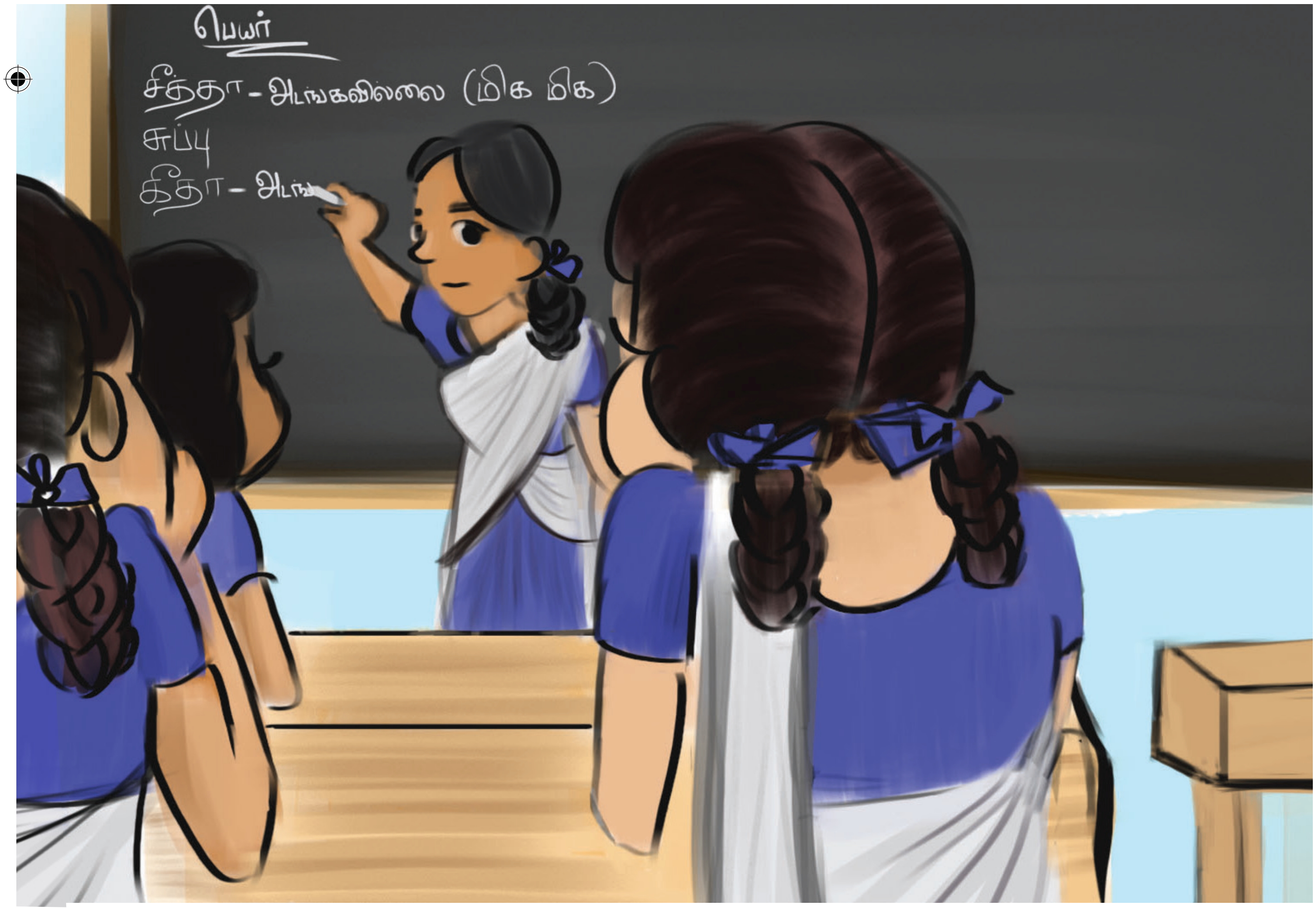
மொத்தத்தில் மாணவித் தலைவிகள் பேசிப் பேசி இளைத்துப்போவார்கள். டீச்சர்களிடம் மட்டும் நல்ல பேர் வாங்குவார்கள். வகுப்பில் மாணவிகளுக்கு விரோதிகளாவார்கள். பத்தாம் வகுப்பில் பாஸ் ஆனாலே பெரிய விஷயம்.

வழக்கம்போல், தலைவியைக் கத்தவிட்டு நாங்கள் அடையாளங்களைத் தேடினோம். "மச்சமிருக்கா... மச்சமிருக்கா?" என்று வகுப்பு முழுக்கக் குரல்கள் எதிரொலித்தன. மச்சம் இருந்ததோ இல்லையோ, எல்லாருக்கும் சைக்கிள் ஓட்டக் கற்றுக்கொண்ட வெட்டுக் காயம் இருந்தது. இதில் துரதிர்ஷ்டம் என்னவென்றால், வெட்டுக் காயம் பலருக்கும் முட்டிக்காலில்தான் இருந்தது. எல்லாரும் பாவாடையை விலக்கிப் பார்த்தார்கள். "துணியைத் தூக்காம பார்க்கிற எடத்துல இருக்கிற அடையாளத்ததான் சொல்லணும்" - டீச்சரின் உத்தரவை நினைவூட்டினாள் தலைவி.

**வழக்கம்போல், தலைவியைக் கத்தவிட்டு நாங்கள் அடையாளங்களைத் தேடினோம். "மச்சமிருக்கா... மச்சமிருக்கா?" என்று வகுப்பு முழுக்கக் குரல்கள் எதிரொலித்தன.**

புருவத்துக்கு மேல் நாலைந்து பேருக்கு வெட்டுக் காயம் இருந்தது. சின்ன வயதில் சேவல் கீறி சித்ராவுக்குக் கன்னத்தில் போட்ட மாதிரி தழும்பு இருந்தது. முகத்தில் உள்ள தழும்பைக் காட்ட எல்லாருக்குள்ளும் தயக்கம் இருந்தது. அதனால், வேறு அடையாளங்களைத் தேடினார்கள். மச்சம் இல்லாத மாணவிகள் தங்கள் அதிர்ஷ்டமே தொலைந்ததுபோல் பரிதவித்தார்கள்.

எனக்கு நிறைய மச்சம் இருந்தது. மறைவிடங்களில் - கழுத்துக்குக் கீழே, முட்டியில், தொடையில் - நிறைய மச்சங்கள். வெளியில் காட்டும்படி ஒரு மச்சமும் இல்லை. தேடித் தேடி



அலுத்துவிட்டேன். டிரில் டீச்சர் சொல்லிய விதிகளுக்குக் கட்டுப்பட்டு கண்ணுக்குப் படும் ஓர் அடையாளத்தையும் என்னால் கண்டுபிடிக்க முடியவில்லை.

இரண்டு அடையாளங்களைக் கண்டுபிடித்துவிட்டுச் சந்தோஷத்தில் இருந்த தோழிகளிடம் தஞ்சம் புகுந்தேன். என் உடலில் ஆராய்ச்சியை உடனே தொடங்கினார்கள். முதலில் கையைப் பிடித்து முன்னுக்குப் பின்னாகத் திருப்பினார்கள். பளபளவென்று இருந்த என் கையில் எந்த அடையாளமும் இல்லை. "சைக்கிள் கத்துக்கும்போதுகூட நீ கீழ விழலையாடி? உனக்கு அம்மைகூடப் போடலையா? எங்கியுமே விழுந்து எழுந்திரிக்கலையா?" - திட்டிக்கொண்டே தேடினார்கள். ஒன்றும் அகப்படவில்லை.

என் அம்மா எங்கேயும் என்னை விளையாட அனுப்பாததால், நான் மண் மகளை முத்தமிட்டது இல்லை. என் ரத்தம், பூமியில் சிந்தியது இல்லை. எல்லா விளையாட்டுகளிலும் நான் வெறும் பார்வையாளர்தான். மிகப் பாதுகாப்பாக வளர்க்கப்பட்டதால் வியர்ப்பதே எனக்கு அபூர்வம். அலுத்துப்போன தோழிகள் காலுக்கு இடம் மாறியிருந்தார்கள்.

அங்கும் முட்டிக்கு மேல்தான் மச்சம் இருந்தது. தோழிகளே முட்டிக்கு மேல் என் பாவாடையை உயர்த்துவதற்குத் தயங்கி யோசித்துக்கொண்டு இருந்தார்கள். "ஒழுங்கு மரியாதையா சொல்லிட் டேன். எல்லாம் முட்டிக்காலுக்குக் கீழ இருக்கிற அடையாளத்தைத்தான் காட்டணும்" என்று தலைவி மறுபடியும் கத்தினாள்.

> **என் அம்மா எங்கேயும் என்னை விளையாட அனுப்பாததால், நான் மண் மகளை முத்தமிட்டது இல்லை. என் ரத்தம், பூமியில் சிந்தியது இல்லை. எல்லா விளையாட்டுகளிலும் நான் வெறும் பார்வையாளர்தான்.**

குரல் கேட்டவுடன் தோழிகள் மொத்தமாக என் காலை நிராகரித்தார்கள். கையையும் காலையும்விட்டால் முகத்தில் வெளியே தெரியும் பகுதிகள் கழுத்தும் முகமும்தானே? சொல்லிக்கொள்ளும்படி முகத்தில் ஒன்றும் இல்லை. கழுத்துக்குக் கீழே இருக்கும் அடையாளத்தை நாங்கள் அணிந்திருந்த ஆம்பளைச் சட்டையை லேசாக விலக்கிக் காட்டலாமா என்று எங்களுக்குள் மெல்லிய சந்தேகம் எழுவது தெரிந்தவுடனே தலைவி முறைத்தாள். எப்படித்தான் மொத்த வகுப்பையும் மோப்பம் பிடிப்பாளோ? எல்லாக் கேள்விகளுக்கும் அவள் முகத்தில் ரியாக்ஷன் தெரிந்துவிடும்.

அடையாளம் தேடி அலுத்துப்போன தோழிகள் "உன் பரட்டைத் தலையைத்தாண்டி அடையாளமாக் கொடுக்கணும்" என்று தலையைக் கலைத்துவிட்டார்கள். நெற்றியை, புருவத்தை, பின் மண்டையைத் துழாவினார்கள். காடுபோல் செழித்திருந்த என் முடியை இரண்டாக வகிர்ந்து, காதுக்குப் பின்னால் இரண்டு பக்கமும் பின்னி மடித்துப் போட்டு இருப்பேன். என் முகத்தை மிஞ்சி பின்னலும் படியாத முடிக் கற்றைகளும்தான் தெரியும். தலைக்குக் குளிக்கிற அன்று பாதிக் கரடி மாதிரி தான் இருப்பேன். "முடிக்குச் சாப்பாடு போட்டே இந்தப் பொண்ணுக்கு ஒடம்பு நீத்துப்போச்சு. பாதி முடியையாவது வெட்டிவிடேன்டீ" என்று அம்மாவைத் திட்டும் வள்ளியம்மா என்று உண்மைப் பெயர்கொண்ட பக்கத்து வீட்டுக் கூனிக் கெழவி.

"ஒன் பரட்டைத் தலையையே அடையாளம் கொடுடீ" என்று பரட்டையைப் பெரும் பரட்டையாக்கும் முயற்சியில் இறங்கினாள் சுந்தரி. பின்னலை முன்னாலும் பின்னாலும் திருப்பிப் போட்டு, ரிப்பனைத் தளர்த்தி குரங்குக் கைப் பின்னலானது என் தலை முடி. என் தலையை அவள் மேல் சாய்த்துக்கொண்டவள், பின்னலை ஒரு பக்கமாகத் தள்ளி, காது மடல்களைப் பிரித்துப் பார்த்தாள். "காதுக்கு தோடு போட்டா என்ன?" என்றபடி என் வெறுங்காதைத் தடவிக் கொடுத்தாள். "உன் காது ரொம்ப அழகுடி. பெரிய அவரை வெதை மாதிரி வடிவாக்கீது. பெரிய கம்மல் போடுற மாதிரி நல்லாப் படலடிச்சுக்கீது" - கூறிக்கொண்டே காது மடலைத் திருப்பினாள். "இது என்னாடி... காதுக்குப் பின்னாடி புண்ணா?"

"எனக்குப் புண்ணெல்லாம் வந்ததே கெடை யாதுடீ. என்னன்னு பாரு."

உடனே, நான்கைந்து தலைகள் ஆர்வமாக என் மேல் கவிழ்ந்தன. "இது புண்ணு இல்லப்பா... மருவு" - சுப்பு கத்தினாள்.

"மருவா?"

"ஏய்... ஒனக்கு ஒரு அடையாளம் கெடைச்சிடுச்சி" என்றார்கள்.

"காதுக்குப் பின்னால்தான் இருக்கு. யார்கிட்ட வேணும்னாலும் காமிக்கலாம். தப்பிச்சுப் போ" - பெரும் பிரச்னையில் இருந்து என்னை மீட்ட நிம்மதி தெரிந்தது அவர்கள் குரலில்.

"இன்னொரு அடையாளம்டீ?"

"எப்பா... ஆளை விடுங்க. இவகிட்ட தேட முடியாது. இவ பரட்டைத் தலைதான் இன்னொரு அடையாளம்!"

என் உடலின் பகுதியாக இருந்த மரு அன்றுதான்

எனக்குத் தெரியவந்தது. கண்டுபிடிப்பு நிகழ்ந்த பரவசம். எத்தனை வயதில் இருந்து இருக்கிறது?

இதுவரை ஏன் யாருமே சொல்லவில்லை? குளிக்கும்போதுகூட கைக்குத் தட்டுப்பட்டதே இல்லையே? கேள்விகளால் சூழப்பட்டேன்.

அன்று மாலை வரிசையில் நின்று உடற்கல்வி ஆசிரியையிடம் என் அங்க அடையாளத்தைப் பதிந்தேன்.

1. வலது பக்கக் காதின் பின்புறம் ஒரு மரு.
2. ????????????

"ஏண்டீ இவ ரெண்டாவத சொல்லாம முழிக்கிறா?"

"எவ்வளவோ தேடிட்டோம் டீச்சர். இவளுக்கு வேற அடையாளமே இல்லை!"

டீச்சர் லேசாக முறைத்துவிட்டு, "சரி தள்ளு" என்று அடுத்த ஆளைக் கூப்பிட்டார்கள். அதன் பிறகுதான் மூச்சு சீரானது.

வீட்டுக்குப் போனதும் கண்ணாடியைத் தூக்கிக்கொண்டு தோட்டத்துக்கு ஓடினேன். கண்ணாடியைச் சாய்த்துப் பிடித்து பின் பக்கம் பார்த்தேன். ஒன்றும் தெரியவில்லை. கண்ணாடியை இன்னும் சாய்த்தேன். காதோரமும் சுவரின் பின் பக்கமும் தெரிந்தன. காதை மடக்கி எப்படியும் பார்த்துவிடும் ஆவலில் பின்னால் நகர்ந்து நகர்ந்து பார்த்தேன். நகர்ந்தால் பின் பக்கமும் சேர்ந்தே நகரும் என்பது புரியாததால் சுவரில் போய் முட்டினேன். தலை 'டங்'கென்று முட்டியது.

பின்னால் ஒரு கண்ணாடியைப் பிடித்துக்கொண்டால், அதில் விழும் பிம்பத்தை முன்னால் பார்க்கும் கண்ணாடியில் பார்க்க முடியும் என்று தோன்றியது. அதற்கான சந்தர்ப்பத் துக்குக் காத்திருந்தேன். மனசில் மருவின் மீதுதான் முதல் காதல் அரும்பியதாக ஞாபகம்.

ஒரு விடுமுறை நாளில் எங்கள் அம்மா இல்லாத நேரத்தில் பக்கத்து வீட்டு கீதாவைக் கூப்பிட்டேன். எனக்கு அடுத்த வகுப்பு படிப்பவள். தோட்டத்தில் நல்ல வெளிச்சத்தில் நின்றுகொண்டோம். அவளிடம் ஒரு கண்ணாடியைக் கொடுத்துப் பிடித்துக்கொள்ளச் சொன்னேன். பல முயற்சிகளுக்குப் பின்தான் மருவின் தரிசனம் கிடைத்தது. ஊறவைத்த அரிசி போன்ற ஒரு வெளுத்த நிறத்தில் நெற்றிப் பொட்டு சைஸில் தெரிந்தது. "எப்படி யார் கண்ணிலும் படாமல் இருந்தாய் என் செல்லமே?" என்று மனசுக்குள் ஒரே கொண்டாட்ட மாக இருந்தது.

அம்மாவிடம் துருவித் துருவிக் கேட்டேன். "நீகூட மருவ எப்படிம்மா பார்க்காம விட்ட?"

"எல்லாம் நான் பார்த்ததுதாண்டீ. நீ அஞ்சாவது படிக்கும்போதே தவளகிரீஸ்வரரை வேண்டிக்கிட்டு பெரிய கார்த்திகைக்கு மலை ஏறினோம். மருவு மேல முடியைச் சுத்திட்டு, சுனையில மௌகு வாங்கிப் போட்டோம். மௌகு வாங்கிப் போட்டாலே எல்லா மருவும் கொட்டிடும். ஒனக்குத்தான் கொட்டல. அது மரு இல்ல. கொஞ்ச நாள்ல போயிடும்... விடு!"

"ஐயோ... மறையக் கூடாதும்மா இது. இதைத்தான் நான் டீச்சர்கிட்ட அங்க அடையாளமா குடுத்திருக்கேன். சரி, நீ ஏன் சொல்லலைம்மா?"

"இன்னாடி இந்தப் பொண்ணு நொய் நொய்னு? இதுல என்ன இருக்கு சொல்றதுக்கு? புண்ணா, அக்கியா... சீக்குன்னு வைத்தியம் பாக்க? ஒனக்குத் தெரியலையா ஒன் ஒடம்புல இருக்கிறது?"

அம்மாவின் கேள்வி எனக்குள் சுழன்றுகொண்டே இருந்தது. மரு என் நினைவின் மையமானது.

பத்தாம் வகுப்பு முடிந்து, பதினொன்றாம் வகுப்பு படிக்கும்போது, எனக்குள் ஒரு புதிய பழக்கத்தை வளர்த்துக்கொண்டேன். எங்கு உட்கார்ந்தாலும் முழங்கையை

ஊன்றிக்கொண்டு, விரல்களால் மருவை வருடிவிடத் துவங்குவேன். உட்கார்வதற்காகவே காத்துக்கொண்டு இருக்கும் என் செயல். மருவை வருடிக்கொடுக்கும்போது பாதுகாப்பாக உணர்வேன். பால் குடிக்கும் குழந்தையின் பரவசம் அல்ல. சிகரெட்டை வாயில் வைத்துக்கொண்டு, வளைய வளையமாகப் புகையை ஊதுபவர்களின் பரவசம்.

வலது பக்கக் காதுக்கு அருகில் அந்த மரு இருந்ததால் என் பரவசத்துக்குக் கொஞ்சம் இடையூறும் இருந்தது. வலக்கை ஏறக்குறைய எல்லா நேரங்களிலும் வேலையாக இருக்கும். நினைத்த நேரத்தில் வருடிக்கொண்டு இருக்க முடியாது.

உடன் இருக்கும் நெருக்கமான தோழியைப் போல் மரு என்னுடன் இருந்தது. என் பேச்சு குறைந்தது. மனசு சோர்ந்துபோகும்போது எல்லாம் நீல வானத்தைப் பார்த்துக்கொண்டு மருவை வருடிக்கொண்டு இருந்தால் போதும்... மனசு சரியாகிவிடும்.

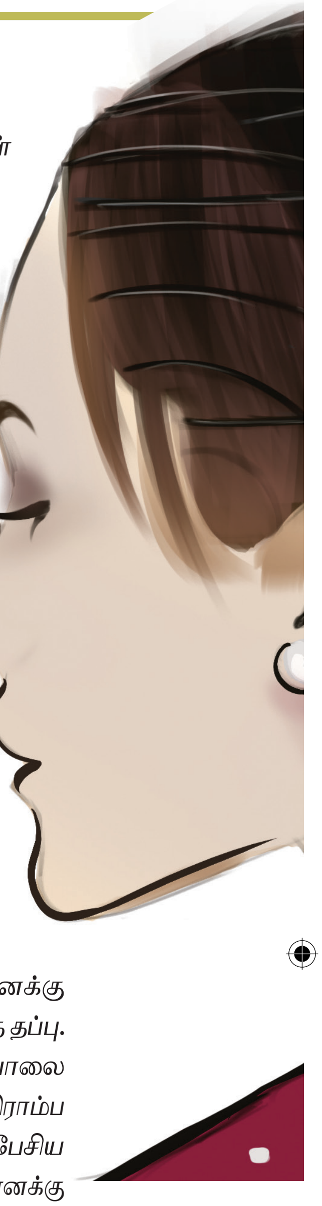
பள்ளிப் படிப்பை முடித்து, கல்லூரிப் படிப்புக்குச் சென்ற பின், அங்க அடையாளங்கள்பற்றிய ஆர்வம் தொடர்ந்தது. இது 'நான்தான்' என்பதை யாருக்கு நிரூபிக்க வேண்டும்? என் கையெழுத்து, புகைப்படம் இவை எல்லாம் நம்பத் தகுந்தது அல்லவோ?அதனால் தான் மாற்ற முடியாத அங்க அடையாளத்தைக் கேட்கிறார்களோ?

அங்க அடையாளத்தைப் பற்றிய ஆர்வம் என் படிப்பைவிட அதிகமாக இருந்தது. எப்படி எல்லாம் அங்க அடையாளங்களைப் பதிந்துவைத்திருக்கிறார்கள் என்ற வரலாற்றை ஆராய்ந்தேன். கைரேகைகூட மாறிவிடுமாம். 19 வயதுக்கு மேல்தான் கைரேகை உறுதிப்படுமாம். கைரேகையைவிட நம்பகமான அடையாளம் கண்ணின் கருவிழியாம். புலிகளுக்கு அதன் உடலில் உள்ள வரிகள்தான் அடையாளமாம். இடப்பக்க, வலப்பக்கக் கோடுகளை வைத்துத்தான் அடையாளம் கண்டுபிடிப்பார்களாம்.

இப்படியாக மருவுக்கும் எனக்கும் இணக்கமாகப் போய்க்கொண்டு இருந்த உறவில் பெரிய திருப்பம் ஏற்பட்டது என் திருமணத்துக்குப் பிறகுதான். திருமணமே திருப்பம்தான். எல்லா உறவுகளுக்கும் உண்டாகும் மூச்சுத் திணறல் எங்கள் உறவிலும் உண்டானது. இருவரின் ஆசாபாசங்கள், ரசனைகள், பிடிவாதங்களைக் கொஞ்ச நாள் வரை அனுசரித்துக்கொள்ள முடிந்தது. வார்த்தைகள் தடிக்கத் துவங்கிய பிறகு, இருவரும் பேச்சைக் குறைத்துக்கொண்டு, அவரவர்களுடைய பழைய உலகங்களுக்குள் மறைந்துகொள்ளத் தொடங்கினோம்.

**என் அன்புக்குரிய ரகசியமாக இருந்த மரு, என் தோல்வியின் வடிகாலாக மாறியது. சின்ன சண்டைக்கு எல்லாம் கிள்ள ஆரம்பித்தேன். ரத்தம் பார்த்தால், "இனி கையே வைக்கக் கூடாது" என்று சபதம் எடுப்பேன்.**

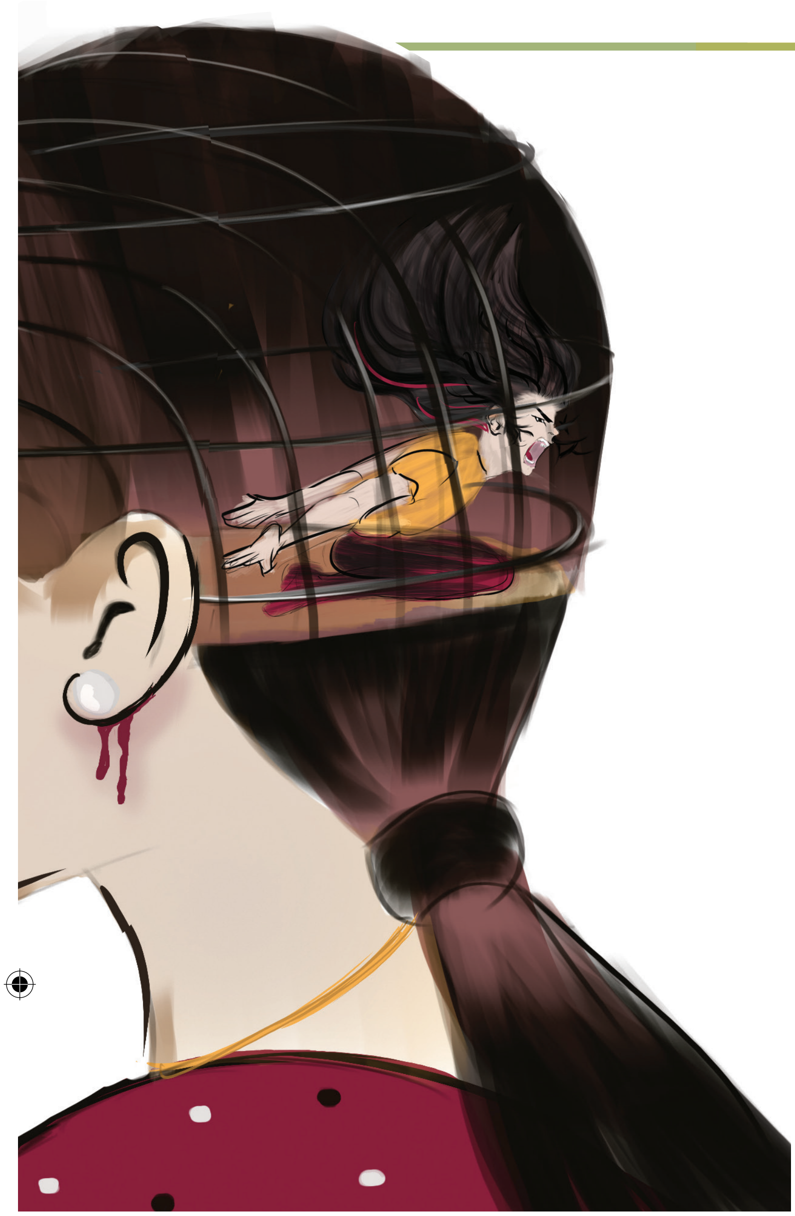
சில நேரங்களில் வாயை அடக்கத் தெரியாமல், பிரேக் இல்லாத வண்டியைப் போல் மோதத் தொடங்குவோம். ஒருவருக்குள் இருந்ததாக நம்பப்படும் நன்னடத்தையும் நல்வார்த்தையும் மறைந்து, பகையாளிகளின் யுத்தமாக நீளும். அறை முழுக்க ஒருவரை ஒருவர் வெட்டிச் சாய்த்த அங்கங்களும் ஆயுதங்களும் சிதறிக்கிடக்கும். எங்களின் குரூர ரூபத்தை நாங்களே இனி தாங்கிக்கொள்ள முடியாமல் மூச்சுத் திணறும் நேரத்தில், பெரும் சேதத்தை விளைவித்த யுத்த வாகனத்தினை நிறுத்த முயற்சிப்போம். அவன் சிகரெட் பாக்கெட்டைத் திறந்து, இரண்டு சிகரெட்டுகளை எடுத்து மேல் சட்டையில் போட்டுக்கொண்டு கதவைத் திறந்து வெளியேறுவான். யுத்தச் சகதியில் நான் மௌனித்து உட்கார்ந்திருப்பேன்.



"உலகத் திமிர் பிடிச்ச நாய்டீ நீ... உனக்கு எல்லாம் சரிக்குச் சமமா எடங் குடுத்ததே தப்பு. மத்தவன மாதிரி நானும் பொண்டாட்டி வாலை நறுக்கிவெச்சிருக்கணும். அதனாலதான் நீ ரொம்ப துளுத்துட்ட" என்று அவன் பேசிய அன்று தான் முதன்முதலாக எனக்கு உண்மையான கோபம் வந்தது.

எனக்குக் கோபம் வந்தால் என்ன செய்வது என்று தெரியவில்லை. எதையும் போட்டு உடைக்க முடியாது. நிரந்தரப் பைத்தியம் ஆக்கிவிடுவார்கள். கோபத்தை மடை மாற்றவும் முடியாது. கோபப்படாமல் இருக்கவும் தெரியவில்லை. உப்பு போட்டுச் சாப்பிடுவதாலும் கொஞ்சம் சுரணை இருப்பதாலும். பிறகு, என்னதான் செய்வது கோபத்தை?

மருவை வருடிக்கொண்டே தலை கனக்க, கண்கள் சிவக்க உட்கார்ந்திருந்தேன். விரல்கள் மருவில். வருடிக்கொண்டு இருந்த விரல்களால் மருவைக் கிள்ளினேன். நன்றாகச் சொறிந்தேன். கை பரபரவென்று சிரங்கைத் தேய்ப்பதைப்போல் தேய்த்துக்கொண்டே



இருந்தது. கொஞ்ச நேரத்தில் ஈரமான கைகளைப் பார்த்தால் ரத்தம். ரத்தம் பார்த்தவுடன் கோபம் ஆசுவாசமானது. என் கோபத்துக்கு நிவாரணம் என் ரத்தம்.

என் அன்புக்குரிய ரகசியமாக இருந்த மரு, என் தோல்வியின் வடிகாலாக மாறியது. சின்ன சண்டைக்கு எல்லாம் கிள்ள ஆரம்பித்தேன். ரத்தம் பார்த்தால், "இனி கையே வைக்கக் கூடாது" என்று சபதம் எடுப்பேன். ரத்தம் காய்ந்து மேலே ஏடு படிந்ததுபோல் காய்வதற்குள் மீண்டும் கிள்ளிவைப்பேன். சண்டையே போடக் கூடாது என்று நாங்கள் எடுக்கும் முடிவும் மருவைக் கிள்ளவே கூடாது என்று நான் எடுக்கும் முடிவும் நடைமுறைக்கு வந்ததே இல்லை.

முகம் துடைக்கவும் ரத்தம் துடைக்கவும் இரண்டு கைக்குட்டைகளை வைத்துக்கொள்ளத் தொடங்கினேன். அலுவலகம், பொது இடம், கூட்டம் எவ்விடமும் விதிவிலக்கல்ல. யாரும் சட்டெனப் பார்க்க முடியாத இடத்தில் என் அடையாளம் இருந்ததால் என்னால் இயல்பாகக் கிள்ளிக்கொள்ள முடிந்தது.

பொட்டு சைஸுக்கு இருந்த மரு, விலகலின் ஆழ அகலங்களை அனுசரித்து அளவு கூடிக்கொண்டுபோனது. மோதிக்கொள்ளாத நாளே இல்லை எனும்போது பாவம், அது வளரத்தானே செய்யும்? பல பிரிவு உயர் அதிகாரிகள்கொண்ட எங்கள் அலுவலகத்தில் இப்போது எனக்குச் சொல்லப்படும் அடையாளம்...

"காது பக்கத்துல ஒரு ரூபா அளவுக்குப் பெருசா புண்ணு மாதிரி மரு இருக்குமே... அந்த மேடமா?"

எல்லாருக்கும் தெரியிற மாதிரி அங்க அடையாளம் இருக்க வேண்டும் என்று சொன்ன என் பத்தாம் வகுப்பு டீச்சர் எவ்வளவு பெரிய தீர்க்கதரிசி?


PRESS & REGISTRATION OF BOOKS ACT

Registration of News papers (Control) Rules 1956

FORM IV (SEE RULE 8) Statement about ownership Particulars of

**TAMILNADU MAKLIR MAMPATTU MURTRAM**

| | |
|---|---|
| 1. Place of Publication | **MUTRAM SOCIETY**<br>Tamil Nadu Corporation for Development of Women Ltd, Annai Teresa Mahalir Valagam, Valluvarkottam High Road, Nungambakkam, Chennai – 600 034 |
| 2. Periodicity of its publication | **Monthly** |
| 3. Printer's Name | **B. RAJKUMAR** |
| Nationality | Indian |
| Full Address | RASI GRAPHICS PRIVATE LTD, 40, Peters Road, Royapettah, Chennai – 600 014. |
| 4. Publisher's Name | **S.CHINNAPPAN** |
| Nationality | Indian |
| Full Address | Tamil Nadu Corporation for Development of Women Ltd, Annai Teresa Mahalir Valagam, Valluvarkottam High Road, Nungambakkam, Chennai – 600 034 |
| 5. Editor's Name | **S.CHINNAPPAN** |
| Nationality | Indian |
| Full Address | Tamil Nadu Corporation for Development of Women Ltd, Annai Teresa Mahalir Valagam, Valluvarkottam High Road, Nungambakkam, Chennai – 600 034 |
| 6. Owner's Name | **MUTRAM SOCIETY - S.CHINNAPPAN.**<br>Represented by its Secretary |

**I, S.CHINNAPPAN,** hereby that the particulars given above are true to the best of my knowledge.

Chennai: 600 034.
Date: 27–02–2025.

(**S.CHINNAPPAN**)
Signature Publisher

சுய உதவிக் குழுக்களின்
செயல்பாடுகளை அறிந்திட
முற்றம் படியுங்கள்!

முற்றம் மேலும் மேலும்
வளர்ந்திட உங்களின்
ஆதரவை
தாருங்கள்!

முற்றத்திற்கு சந்தா
செலுத்திடுங்கள்!

புத்தகத்தைப் படிக்க என்னை
**Scan செய்யவும்**

| முற்றம் இதழின் சந்தா விபரம் | |
|---|---|
| ஒரு ஆண்டு | ரூ. 240/- |
| இரண்டு ஆண்டு | ரூ. 450/- |
| மூன்று ஆண்டு | ரூ. 680/- |

| விளம்பரக் கட்டணம் | |
|---|---|
| அட்டையின் 2-வது பக்கம் | ரூ. 50,000/- |
| அட்டையின் 3-வது பக்கம் | ரூ. 50,000/- |
| அட்டையின் பின்பக்கம் | ரூ. 50,000/- |
| புத்தகத்தின் உள்பக்கம் | ரூ. 35,000/- |

முற்றத்திற்கு செலுத்தும் சந்தாத் தொகையினை முற்றம் (MUTRAM) என்ற பெயரில் சென்னையில் மாற்றத் தகுந்த வகையில் வங்கி வரைவோலையாக எடுத்து அனுப்பவும். வரைவோலையுடன் உங்கள் பெயர், குழுவின் பெயர், கதவு எண், தெருவின் பெயர், ஊராட்சியின் பெயர், தாலுக்கா, மாவட்டம் மற்றும் அஞ்சலக எண் ஆகியவற்றை அவசியம் குறிப்பிட்டு அனுப்பவும்.

சந்தாதாரர்களே நேரடியாக முற்றம் https://mutram.org.in/Login.aspx என்ற இணையதள முகவரி அல்லது https://play.google.com/store/apps/details?id=com.isky.mutram_magazine என்ற கைபேசி செயலியில் தங்களது முகவரியினைப் பூர்த்தி செய்தல் மற்றும் பணப்பரிமாற்றம் போன்ற பணிகளை செய்து கொள்ளலாம்.

விமர்சனங்கள் அனுப்பப்பட வேண்டிய முகவரி

**முற்றம் மாத இதழ், தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனம்,**
அன்னை தெரசா மகளிர் வளாகம், 1வது மாடி, வள்ளுவர் கோட்டம் நெடுஞ்சாலை,
நுங்கம்பாக்கம், சென்னை - 600 034.

– யுக பாரதி

# காலத்தின் ருசிகள்

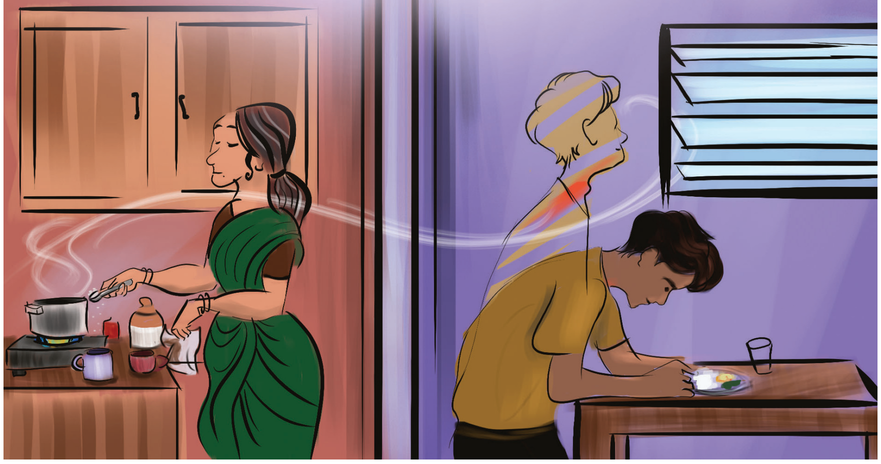
தாமதமாக வீடுதிரும்பிய
நள்ளிரவிலும்
'ஒரு வாய் சாப்ட்டு படுப்பா'
எனும் அம்மாவின்
வெள்ளந்திச் சொற்களில்
நிறைந்துவிடும் பாதி வயிறு.

இத்தனை வயதிலும்
மீந்ததை மட்டுமே
உண்ணும் அவளுக்கோ
இருந்ததேயில்லை
பசி பற்றிய புகார்கள்
இந்த நாளிலும் எந்தநேரத்தில்
யார் வந்தாலும்
'கொஞ்சம் பொறுங்க
சாப்ட்டு போயிரலா'மென்றே

அடுக்களைக்குள் ஓடுபவள்,
மொத்த ஆயுளையும்
அரிசிக் களைவதிலும்
ஆக்கிக்கொட்டுவதிலுமே
கழித்திருக்கிறாள்.

என்றாலும், இன்றவள்
சமைக்கும் அத்தனையிலும்
அதிகரித்த உப்பினால்
அடித் தொண்டைக்
கரித்துக் கழல்கிறது.

கண்ணீர் கலந்த பதார்த்தங்களில்
உப்பான உப்பென்று
சொல்லவும் முடியாமல்
விழுங்கிக்கொண்டிருக்கிறேன்.



ஓவியம்:
துர்கா

முற்றம் இதழில் உங்களுடைய படைப்புகளான, கவிதை, கட்டுரை, ஓவியம், சிறுகதை மற்றும் 'வாழ்ந்துக் காட்டுவோம்' பகுதியில் உங்கள் குழுவின் சாதனைக் கதை இடம் பெற உரிய புகைப்படங்களுடன் கீழ்காணும் மின்னஞ்சல், முகவரி வழியே எங்களை அணுகுங்கள். முற்றம் இதழ் குறித்த தங்களின் விமர்சனங்களும், ஆலோசனைகளும் வரவேற்கப்படுகின்றன.

மின்னஞ்சல் :
wdcmutram@gmail.com

கௌரவ ஆசிரியர்
**ஸ்ரேயா பி சிங்,** இ.ஆ.ப.

சிறப்பு ஆலோசகர்
**ஐயன் கார்த்திகேயன்,** பி.டெக்.,

பதிப்பாளர், ஆசிரியர்
**எஸ். சின்னப்பன்**

மேலாளர்
**வா. ராகுலன், PRO**

துணை ஆசிரியர்
**ஏ. கண்ணன்**

பிழை திருத்துபவர்
**எஸ்.எஸ். ரவிச்சந்திரன்**

வடிவமைப்பு
**என்.எஸ். நாணா**

புத்தக மேம்பாடு
**Aarah Digitainments**

ஊரக வளர்ச்சி
மற்றும்
ஊராட்சித்துறை
மலர்: 26
இதழ்: 11
மார்ச், 2025

## கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய்

# இனி அச்சம் வேண்டாம்!

நம் பெண்களின் ஆரோக்கியத்திற்கு அச்சுறுத்தலாக இருக்கும் நோய்களில் கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய் (Cervical Cancer) முக்கியமானது. ஆனால் நல்ல செய்தி என்னவென்றால், முன்கூட்டியே கண்டறிந்தால் இந்த நோயை 95% முழுமையாகக் குணப்படுத்த முடியும். அதிகரித்து வரும் இந்த பாதிப்பிலிருந்து நம்மை பாதுகாத்துக் கொள்வது குறித்து இந்தக் கட்டுரையில் பார்க்கலாம்.

### கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய் ?

கர்ப்பப்பை வாய் புற்றுநோய் என்பது கர்ப்பப்பையின் வாய்ப் பகுதியில் (கர்ப்பப்பையின் கீழ்ப்பகுதி) உருவாகும் அசாதாரண செல் வளர்ச்சியாகும்.

### எதனால் வருகிறது?

கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய்க்கு ஒரு முக்கிய காரணம் எச்.பி.வி வைரஸ். நம் உடலிலேயே இருக்கும் இந்த வைரஸ் பாதுகாப்பற்ற உடலுறவால், சுகாதாரமில்லாது பிறப்புறுப்பைப் பராமரிப்பதால் – குறிப்பாக மாதவிடாய் காலங்களில் சுத்தமான கழிப்பறைகளைப் பயன்படுத்தாதது, முறையாக பிறப்புறுப்பை தூய்மை செய்யாதது – புற்றுநோயாக மாறுகிறது.

பொதுவாக புற்றுநோய் பரவக் கூடியவை களல்ல. ஆனால், இந்த எச்.பி.வி வைரஸ் உடலுறவு வழியே ஒரு மனிதரில் இருந்து இன்னொருவருக்கு பரவுவதாக உலக சுகாதார நிறுவனம் தெரிவிக்கிறது. ஒன்றிற்கு மேற்பட்ட நபர்களுடன் உடலுறவு கொள்வதாலும் இந்த புற்றுநோய் ஏற்படும் அபாயம் உள்ளது.

இது முதலில் கட்டியாகத் தென்பட்டு, பிறகு புற்றுநோயாக உருப்பெறுகிறது. பெண்களுக்கு மட்டுமல்ல ஆண்களுக்கும் பிறப்புறுப்பில் புற்றுநோய் ஏற்பட இந்த வைரஸ் காரணமாகிறது.

### அறிகுறிகளை புறக்கணிக்காதீர்கள்

கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய் ஆரம்ப நிலையில் பெரும்பாலும் அறிகுறிகள் தென்படாது. ஆனால் நோய் வளர்ச்சி அடையும்போது, கீழ்க்கண்ட அறிகுறிகள் தென்படலாம்:

மாதவிடாய் அல்லாத நேரங்களில் அசாதாரண இரத்தப்போக்கு துர்நாற்றத்துடன் கூடிய அதிகப்படியான வெள்ளைப்படுதல்

உடலுறவுக்குப் பின் இரத்தப்போக்கு

உடலுறவின் போது அசாதாரண வலி

இதுகுறித்து மகப்பேறு மருத்துவர் திருமதி ஜெயஸ்ரீ அவர்களிடம் பேசியபோது, "வயிற்றில் வலி ஏற்பட்டால் தான் மருத்துவரை அணுகவேண்டும் என இருப்பது தவறு. புற்றுநோயை பொறுத்தவரை, ரத்த நாளங்களுக்கு

**முன்கூட்டியே கண்டறிந்தால் இந்த நோயை 95% முழுமையாகக் குணப்படுத்த முடியும்.**

**கர்ப்பப்பையை நீக்கிவிட்டால், புற்றுநோய் ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்பு மிகக்குறைவு.**

Published by S. CHINNAPPAN, on behalf of MUTRAM SOCIETY from Tamilnadu Corporation for Development of Women's Ltd., Printed by B. RAJKUMAR, RASI GRAPHICS PRIVATE LTD, 40.Peters Road, Royapettah, Chennai - 600014. Published from Tamilnadu Corporation for Development of Women's Ltd., Annai Teresa Mahalir Valagam, Valluvarkottam High Road, Nungambakkam, Chennai - 600 034, Editor: S. CHINNAPPAN.

பாதிப்பு பரவியப் பின்னரே வலியை உணர முடியும், ஆனால் அதற்குள் தொற்று அதிகமாகப் பரவியிருக்கும். ஆகவே அறிகுறிகளில் ஏதேனும் ஒன்று தென்பட்டால், உடனடியாக மருத்துவரை அணுகுவது அவசியம்" என்கிறார்.

மேலும் குடும்பத்தில் யாருக்காவது கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய் அல்லது மற்ற வகை புற்றுநோய்கள் இருந்திருந்தால், அவர்களுக்கு வாய்ப்பு இருக்கலாம். தாய், சகோதரி அல்லது மகளுக்கு இவ்வகை புற்றுநோய் இருந்திருந்தால் வாய்ப்பு உள்ளது. குடும்ப வரலாறு இருப்பவர்கள் இளம் வயதிலேயே பரிசோதனைகளைத் தொடங்க வேண்டும். மருத்துவரிடம் உங்கள் குடும்ப மருத்துவ வரலாற்றை பகிர்வது மிகவும் முக்கியம் என்கிறார்.

## புற்றுநோய் வராமல் காக்க

பிறப்புறுப்பை சுத்தமாக வைத்துக்கொள்வது அவசியம்
பாதுகாப்பான உடலுறவு முறைகளை கடைப்பிடிப்பது அவசியம்.
சரியான ஆணுறை பயன்பாடு எச்.பி.வி போன்ற பாலியல் தொற்றுகளிலிருந்து பாதுகாக்கும்.
புகைப்பழக்கத்தை முற்றிலுமாக தவிர்ப்பது மிக முக்கியம்
ஆரோக்கியமான உணவுமுறையில் பழங்கள், காய்கறிகள் மற்றும் முழு தானியங்களை அதிகம் சேர்த்துக்கொள்ளவேண்டும்.
21 வயதிற்கு மேற்பட்ட அனைத்து பெண்களும் பரிந்துரைக்கப்பட்ட கால இடைவெளியில் பாப் ஸ்மியர் பரிசோதனை செய்துகொள்ள வேண்டும்.
நீண்ட காலமாக கருத்தடை மாத்திரைகள் பயன்படுத்துபவர்கள் மருத்துவரிடம் மாற்று வழிகளைப் பற்றி ஆலோசிக்க வேண்டும்.
இந்த எளிய முறைகள் மூலம் புற்றுநோய் ஏற்படும் வாய்ப்பை பெருமளவில் குறைக்க முடியும்.

"எச்.பி.வி தடுப்பூசி கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோயைத் தடுக்க மிகச்சிறந்த வழியாகும். 9–14 வயதிற்குள் உள்ள சிறுமிகளுக்கு இந்த தடுப்பூசி போடுவது மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கும்."

## முன்கூட்டியே கண்டறியும் பரிசோதனைகள்

### பாப் ஸ்மியர் டெஸ்ட் (pap smear test)

இது ஒரு எளிய, வலியற்ற பரிசோதனை. 21 வயதுக்கு மேல் உள்ள அனைத்து பெண்களும் மூன்று ஆண்டுகளுக்கு ஒருமுறை இந்த பரிசோதனையை செய்து கொள்வது நல்லது.

### எச்.பி.வி டெஸ்ட் (HPV Test)

ஹ்யூமன் பாப்பிலோமா வைரஸ் (HPV) தொற்று கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய் முக்கிய காரணம். 30 வயதிற்கு மேல் உள்ள பெண்கள் 5 ஆண்டுகளுக்கு ஒருமுறை இந்த பரிசோதனையை செய்து கொள்வது நல்லது.

### எச்.பி.வி தடுப்பூசி: மிகச்சிறந்த பாதுகாப்பு

புற்றுநோய் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் திரு. கார்த்திகேயன் பேசுகையில் "எச்.பி.வி தடுப்பூசி கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோயைத் தடுக்க மிகச்சிறந்த வழியாகும். 9–14 வயதிற்குள் உள்ள சிறுமிகளுக்கு இந்த தடுப்பூசி போடுவது மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கும். வயது வந்த பெண்களும் (26 வயது வரை) தங்களது முதல் உடலுறவிற்கு முன்னதாக இந்த தடுப்பூசியைப் போட்டுக்கொள்ளலாம். பெண்கள் மட்டுமின்றி ஆண்களும் இந்த தடுப்பூசியை போட்டுக்கொள்ளுதல் சிறந்தது." என்கிறார்.

கர்ப்பப்பையை நீக்கிவிட்டால், புற்றுநோய் ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்பு மிகக்குறைவு, இருப்பினும், புற்றுநோயில் ஒரு செல் இருந்தாலும், வருவதற்கான வாய்ப்பு 15% உள்ளது.

## அக்கறை அவசியம்..

கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய் குறித்த விழிப்புணர்வு நம் சமூகத்தில் குறைவாகவே உள்ளது. நமது குடும்ப பெண்களுடன் – அம்மா, சகோதரி, மகள் – இது குறித்து பேசுவதற்கு தயங்க வேண்டாம்.

கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய் 100% தடுக்கக்கூடியதும், முன்கூட்டியே கண்டறிந்தால் முழுமையாகக் குணப்படுத்தக் கூடியதுமாகும். இதற்கு நம் உடலில் ஏற்படும் மாற்றங்களை கவனிக்க வேண்டும். நம் உடல்நிலை மீது வழக்கமான பரிசோதனைகள், ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை முறை, மற்றும் விழிப்புணர்வு மூலம் இந்த நோயை வென்றிடலாம். அடுத்த தலைமுறை பெண்களுக்கு எச்.பி.வி தடுப்பூசி எடுப்பதை உறுதி செய்வதன் மூலம், கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய் இல்லாத எதிர்காலத்தை உருவாக்க முடியும்.

**– க. ஸ்ரீநிதி**

RNI NO .TNTAM/1999/02733 - TAMIL NADU MAKLIR MAMPATTU MURTRAM R.DIS.1569/2023
Reg. No. TN/CH/(C)/455/2024-2026 & Licensed to Post Under without Prepayment TN/PMG(CCR)/WPP-564/2024-2026
Date of Publication : 1st Week of the every month Posted between 8th-14th March 2025 Posted at Patrika Channel, Egmore.

# புதிய தொழில் தொடங்கணுமா?

## அனைத்து தொழில் ஆதரவுகளும் வேணுமா?

**மதி சிறகுகள் தொழில் மையம் (MSTM) வாருங்கள்!**

**உங்களுக்கான அனைத்து தொழில் ஆதரவுகள் மற்றும் இ-சேவை மைய சேவைகளைப் பெற்றுப் பயனடையுங்கள்.**

மேலும் விவரங்களுக்கு உங்கள் அருகாமையில் உள்ள MSTM மையத்தை அணுகுங்கள்.

**மேலும் விவரங்களுக்கு அழைக்கவும்:**

**1800 599 1600**

### மதி சிறகுகள் தொழில் மையத்தில் வழங்கப்படும் சேவைகள்

1. தொழில் யோசனை மற்றும் கருவாக்கம் செய்தல்
2. தொழில் திட்டம் தயாரித்தல்
3. தொழில் தொடங்க ஆதரவு வழங்கல்
4. தொழில் நிதிக்கு விண்ணப்பித்தல்
5. தொழிற் பயிற்சி மற்றும் தொழில்நுட்பம் பெற வழிச் செய்தல்
6. சட்ட இணக்கங்களுக்கு வழிகாட்டல்
7. தொழில் வல்லுநர்களின் ஆலோசனைகள் வழங்குதல்
8. சந்தை வல்லுநர்களின் ஆலோசனைகள் வழங்குதல்
9. சந்தை இணைப்புகள் உருவாக்கல்
10. தொழில் நடைமுறைகளுக்கான கூட்டிணைப்பு
11. துறை வாரியான தொழில்நுட்பங்களை அணுகல்
12. PAN அட்டை உருவாக்கல்
13. GST தாக்கல் செய்தல்
14. FSSAI சான்று பெறுதல்
15. UDYAM பதிவு செய்தல்
16. இணைய வழி இணக்கங்கள் உருவாக்கல்
17. உரிமங்களைப் பெற்றுத் தருதல்
18. சான்றுகளைப் பெற்றுத் தருதல்
19. நிறுவன தணிக்கை
20. வருமான வரி தாக்கல்
21. நிறுவன கணக்குப் பராமரித்தல் (Accounting)

### இ-சேவை மைய சேவைகளும் வழங்கப்படுகின்றன

1. விண்ணப்பங்கள் பெறுதல்
2. அரசு சான்றுகள் பெறுதல்
3. அரசு உரிமங்கள் பெறுதல்
4. நலத்திட்ட உதவிகள் பெறுதல்
5. காப்பீடுகள் பெறுதல்
6. நிறுவன/சேவைப் பதிவுகள்
7. வரி செலுத்துதல்
8. ஓய்வூதியம் பெறுதல்
9. பதிவிறக்கம் செய்தல்
10. சேவைப் பதிவுகள்
11. புகார் (ம) திருத்தங்கள்
12. இதர சேவைகள்

**தமிழ்நாடு ஊரகப் புத்தாக்கத் திட்டம்**
**வாழ்ந்து காட்டுவோம் திட்டம்**
ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சித் துறை
5வது தளம், திருவிக தொழிற்பேட்டை, சிட்கோ தொழிற்பேட்டை, கிண்டி, சென்னை- 600032, தமிழ்நாடு
(044) 434 43200 tnrtpstate@gmail.com www.vkp-tnrtp.org VKPTNRTP VKP_TNRTP VKP_TNRTP